مفهوم الذات والمجتمع

دكتور
إبراهيم محمد المغازي
جامعة قناة السويس



إهـــداء

إلى زوجتي وأبنائي

شيماء ومنار ومحمد

والى كل مَنْ علمني



بسم الله الرحمن الرحيم

{ وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلاَ تُبْصِرُونْ }

صدق الله العظيم

[الذاريات : ٢١]



مقدمة

لاشك أن مفهوم الذات من أقدم المفاهيم النفسية في فهم الشخصية فهو جوهر الصحة النفسية للشخصية ، ويرجع الفضل إلى وليم جيمس (١٨٩٠م) في استخدام مفهوم الذات في علم النفس وفسره على أنه مجموعة ما يمتلكه الإنسان من الجسم ، والقدرات والسمات وممتلكاته المادية والأسرية والأصدقاء والمهن .

فالطفل يعتبر كينونة فيزيقية بعد ميلاده في الأسرة ، ثم ينمو مفهوم ذاته مع تطور نموه.

ويذكر حامد زهران (١٩٨٢) أن مفهوم الذات يرجع إلى قول سقراط "اعرف نفسك بنفسك" فهذا القول يعتبر جوهر روحي ومعرفة لذات النفس" .

ثم جاء في القرآن الكريم مفهوم الذات تحت مسمى النفس كما في قوله تعالى {وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلاَ تُبْصِرُونَ} ، وقوله أيضاً { وَلاَ أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ} ، وقوله ﷻ : {لاَ يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْساً إِلاَّ وُسْعَهَا} صدق الله العظيم .

ثم تطور مفهوم الذات في علم النفس المعاصر فأصبح ينظر إلى الذات على أنها نظام فعال للمفاهيم والقيم والمثل العليا التي تحدد الطريقة التي يسلك بها الفرد في حياته

وهذا الكتاب يحتوي على أربعة فصول ، فالفصل الأول يتضمن التطور التاريخي لمفهوم الذات والتعريفات الخاصة بمفهوم الذات ، أما الفصل الثاني فيتضمن مفهوم الذات والمدرسة، ومفهوم الذات والذكاء وصورة الجسم .

والفصل الثالث يتضمن نظرية شوتز ومفهوم الذات وعقدة أوديب ومفهوم الذات ونظرية مراقبة الذات.

أما الفصل الرابع فيتضمن الدراسات الخاصة بمفهوم الذات .

الفصل الخامس تدريبات على تنمية مفهوم الذات الإيجابي للفرد ثم المراجع .

ونرجو من الله العلي القدير أن ينفع هذا الكتاب القارئ الكريم وكل أسرة تريد تنشئة أبنائها على مفهوم ذات إيجابي يجعل ابنائها يعتزون بأنفسهم مما يساعد على رفاهية المجتمع ، وعلى الله قصد السبيل .

المؤلف

د. إبراهيم محمد المغازي

المحلة الكبرى - يناير / ٢٠٠٤

الطبعة الأولى

٢٠٠٤

الفصل الأول

التطور التاريخي لمفهوم الذات

مفهـــوم الـــذات



التطور التاريخي لمفهوم الذات

لاشك أن مفهوم الذات من أقدم المفاهيم النفسية في فهم الشخصية فهو جوهر الصحة النفسية للشخصية ، ويرجع الفضل إلى وليم جيمس (١٨٩٠م) في استخدام مفهوم الذات في علم النفس وفسره على أنه مجموعة ما يمتلكه الإنسان من الجسم ، والقدرات والسمات وممتلكاته المادية والأسرية والأصدقاء والمهن .

فالطفل يعتبر كينونة فيزيقية بعد ميلاده في الأسرة ، ثم ينمو مفهوم ذاته مع تطور نموه.

ويذكر حامد زهران (١٩٨٢) أن مفهوم الذات يرجع إلى قول سقراط "اعرف نفسك بنفسك" فهذا القول يعتبر جوهر روحي ومعرفة لذات النفس" .

ثم جاء في القرآن الكريم مفهوم الذات تحت مسمى النفس كما في قوله تعالى {وَفِي أنفُسِكُمْ أفلا تُبْصِرُونَ} ، وقوله أيضاً { وَلاَ أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ} ، وقوله ﷻ : {لاَ يُكَلِّفُ اللّه نَفْساً إلاَّ وُسْعَهَا} صدق الله العظيم .

ثم تطور مفهوم الذات في علم النفس المعاصر فأصبح ينظر إلى الذات على أنها نظام فعال للمفاهيم والقيم والمثل العليا التي تحدد الطريقة التي يسلك بها الفرد في حياته.

والواقع ان التراث النفسي اثبت ان هناك علاقة بين بناء الجسم وبين السمات النفسية ، فنجد الطبيب اليوناني "ابو قراط" صنف البشر الي انماط جسمية . ويقابل هذه الانماط الجسمية أنماط مزاجية وأن هناك سوائل في الجسم تحدد هذه الأنماط . حيث قسم "أبو قراط" الأنماط إلي أربعة بلغمي ، سوداوي ، صفراوي ، دموي ، وربط بين هذه الأنماط الأربعة والأربع عناصر التي يتكون منها الكون وهي الهواء، الماء، التراب، النار

ثم نجد أرسطو ربط بين الصفات العقلية والصفات الجسمية، فذكر أن الذي يكون رأسه صغيرة مثل رأس الثعلب دليل علي المكر والذكاء . أما الذي يتكون رأسه كبيرة وعريضة مثل رأس الحمار فهذا دليل علي الغباء (ونقص الذكاء) .

ثم نجد هذه العلاقة بين الصفات الجسمية والصفات النفسية تجددت في العصور الوسطي وذلك من خلال دراسة الفراسة (الفطنة) وذلك عن طريق تعبيرات الوجه والجمجمة ، وهذا ما أكده " فخر الدين الرازي" الفيلسوف العربي الذي ألف كتاب "الفراسة" والذي ربط فيه بين هيئة ووصف أعضاء الجسم ودلالته النفسية.

ثم جاء "كريتشمر" وصنف البشر إلي ثلاثة أنماط (نمط رياضي) وهو الذي يتميز بالجسم القوي والرشاقة في صورة الجسم والنمط الضعيف (النحيف) الذي يتميز بضعف عام في

شكل الجسم وسمكة وبالطول والمتوسط والنمط البدين الذي يتميز بضخامة الجسم ، وأخيراً النمط المختلط الذي يجمع بين الأنماط الثلاثة السابقة .

(فكرتيشمر) ربط بين الصفات الجسيمة والصفات العقلية مثل أرسطو وذكر أن الإنسان من النمط البدين إذا أصيب بمرض عقلي فهو يصاب بذهان الهوس والاكتئاب أما الإنسان من النمط الواهن والنمط الرياضي والمختلط فإنه يصاب بالفصام .

ولهذا نجد صورة الجسم تحتوي علي جانبان هما:

- المثال الجسمي Body Ideal
- مفهوم الجسم Body Concept

فمثال الجسم يشمل النمط الجسمي الذي يعتبر جذاباً ومناسباً من حيث العمر ومن وجهة نظر ثقافة الفرد التي تساهم في تقدير الفرد لذاته، وأن صورة الجسم تبدو جذابة في سن العشرين ولابد أن تتغير في سن الأربعين .

أما مفهوم الجسم فيحتوي علي الأفكار والمعتقدات والحدود الخاصة بالجسم ، فمن مقومات الصحة النفسية أن يكوّن الفرد مفهوما سليماً حول جسمه وهذا لن يتأتى إلا بالمعلومات الصحية عن جسمه من استشارات الفريق الصحي أو الرياضي أما إذا

كانت المعلومات غير صحيحة عن الجسم فإن الفرد يشعر بالاغتراب عن جسمه وهو ما يعتبر أحد أبعاد الاغتراب الذاتي .

إذن فمثال الجسم ومفهوم الجسم من المكونات الرئيسية التي تسهم فيما يكونه الفرد من صور حول جسمه وأن العلاقة طردية بينهما فعندما يتشوه مثال ومفهوم الجسم تختل صورة الفرد عن جسمه ويكوّن مفهوم ذات سلبي عن نفسه والعكس صحيح.

فالطفل في مرحلة الطفولة المبكرة يدرك جسمه في صورة كلية لا يدرك تفاصيل دقيقة منه ويتطور إدراكه في نهاية مرحلة الطفولة حيث يبدأ في المقارنة بين جسمه من حيث الشكل والحجم وأجسام زملائه من حيث الطول والقوة الجسمية .

فالأطفال الذين يدركون قوة أجسامهم أكثر إقداما ونجاحاً في تكوين صداقات مع الآخرين من زملائهم فهم أكثر ودا وتعاوناً مع الآخرين ويتميزن بالثقة بالنفس والانبساط فهم الأطفال الموهوبين الذين يكون لديهم مفهوم ذات عالي (اعتزاز بالنفس).

أما في مرحلة المراهقة فإن المراهق ينظر بشيء من التفاصيل لكل عضو من أعضاء جسمه وكأنه جزء قائم بذاته نتيجة للتغيرات المفاجئة لجسمه وغالبا ما يكون المراهق غير راضي عن جسمه حيث تتأثر صورة جسم المراهق بتقييمات

الاخريـن فجاذبـية جسـمه تحـدد جاذبـية المـراهق الاجتماعـية نحـو الأخرين

أمـا فـي مـرحلة الرشـد فهـي مـرحلة هـدوء حيـث يـتوافق الراشـد مـع صـورة جسـمه ويقتـنع بهـا مـن حيـث الطـول والتناسـق وملامـح الوجـه ولكـن الأنـثى فـي مـرحلة الرشـد قـد تكـون لهـا درجـة مـن عـدم الرضـا عـن الـذات، الجسـيمة وخاصـة إذا ذاد جسـمها مـن حيـث الـوزن فالرشـاقة هـي شـغلها الشـاغل، أمـا مـرحلة الـيأس تـرفض المـرأة صـورتها الجسـمية حيـث يـزيد وزنهـا نتـيجة للاخـتلاف فـي إفراز الهرمونات .

وظهـور علامـات الشـيخوخة علـي الوجـه والجـبهة والعينيـن ولهـذا فهـن حريصـات علـي اسـتخدام مستحضـرات التجمـيل بصـورة كبيرة وهذا ما يجعلها تشعر بالاضطرابات الانفعالية.

مفهوم الذات

اهتم "روجرز 1942 Rogers " بدارسة مفهوم الذات والتعرف على أبعاده ومستوياته وأثره في السلوك الإنساني .

ومن علماء النفس المعاصرون الذين اهتموا بدراسة مفهوم الذات مثل "ميد Meed وبرس Parice ، ألبورت Alport ، وليم جيمس James ، ووليام فيتس Fits".

ومفهوم الذات في علم النفس له معنيين هما : المعنى الأول هو "الذات " كموضوع ، والمعنى الثاني "الذات كعملية" ومفهوم الذات يتكون من مجموعة نشطة من العمليات كالتفكير والإدراك والتخيل والتذكر .

وتذكر سعدية بهادر (١٩٨٣) أن مفهوم الذات نوعان هما: النوع الأول مفهوم ذات إيجابي ينشأ عن تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها ، النوع الثاني مفهوم الذات السلبي وينتج عن إهمال الفرد لذاته وما يترتب على ذلك من مشاعر سلبية داخل أعماقه أي بمعنى تحقير الفرد لذاته ، وهذا ما أكده هول ولندزي (١٩٧١).

ويرى السيد إبراهيم السمادوني (١٩٩٤) أن مفهوم الذات يعتبر من موضوعات علم النفس الشخصية ، لأنه المحور الأساسي في بناء الشخصية والإطار المرجعي لفهم شخصية الفرد ، وهذا يتضح من تأكيد نظريات الشخصية على دراسة

مفهـوم الـذات او "الأنـا" حسـب كـل نظـرية وأسـلوبها فـي فهـم الشخصية

كمـا يذكـر أن نظـريات الـذات تؤكـد علـى أهمـية العوامـل الأسـرية فـي تكويـن مفهـوم الـذات فاحتـياج الطفـل لأن يكـون مقـبولاً مـن الوالديـن ، فإنـه غالـباً مـا يعـدل مـن سـلوكه فـي سـبيل الحصـول علـى ردود أفعـال ايجابـية وتجنـب ردود أفعـال سـلبية مـن جانـب الوالديـن ، حيـث تنـتقل هـذه الـردود بنوعـيها الإيجابـية مـنها والسـلبية إلـى الأبـناء بطـريقة لفظـية أو غـير لفظـية ويسـتوعب الأبـناء معانـي هـذه الاسـتجابات مشـكلين مـنها مفهومـاً عـن ذواتهـم بوصـفهم أطفـالاً محبوبيـن أو مكروهيـن ومـن ثـم يتشـكل مفهـوم الـذات لديهـم اسـتناداً إلـى الانطـباعات التـي يكونونهـا مـن خـلال كيفـية تعـامل الوالديـن معهـم ، فالمشـاعر والاتجاهـات التـي يكونهـا الطفـل عـن نفسـه ويصـف بهـا ذاتـه وخاصـة فـي السنوات الأولـى مـن عمـره هـي نـتاج أنمـاط التنشـئة الاجتماعـية والـتفاعل وأسـاليب الـثواب والعقـاب والاتجاهات الوالدية .

ويؤكـد هـذا حـامد زهـران (١٩٧٨) حيـث ذكـر أن للـدور الاجتماعـي أثـر واضـح فـيُ تكويـن مفهـوم الـذات ، وأن صـورة الـذات تـنمو لـدى الطفـل مـن خـلال الـتفاعل الاجتماعـي فـي محـيط الأسـرة وخارجهـا ، فالـتفاعل الاجتماعـي السـليم ، والعلاقـات الاجتماعـية الـناجحة تعـزز فكـرة الطفـل عـن ذاتـه وتـؤدي بدورهـا

إلــى الــتوافق النفســي الســليم فمفهــوم الــذات الإيجابــي يعتــبر جوهــر الــتوافق النفســي والانفعالــي وتكــون لــه وظــيفة دافعــية وتكاملــية ، وبلــورة للخــبرات التــي يمــر بهــا الطفــل فــي إطــار مــنظم ومــتكامل يحدد سلوك الطفل .

ويؤكــد هــذا أيضــاً صــلاح مــراد (١٩٨٨) مــن أن مفهــوم الــذات هــو مــا يكونــه الطفــل عــن نفســه ، وكيفــية رؤيــته لنفســه وللآخريــن نتــيجة تفاعلــه معهــم ومــع البيــئة المحــيطة بــه ، ومحاولــته الذاتــية للتكليــف مــع العــالم المحــيط بــه ، حيــث تؤثــر الأســرة علــى نمــو مفهــوم الــذات عــن طــريق تفــاعل الطفــل مــع الأســرة ومــا بهــا مــن اتجاهــات قــبول ورفــض وقــيم وعلاقــات بيــن أفــرادها ودور كــل فــرد فــيها ورغبات وآمال وطموحات الأسرة .

وتذكــر نهــى يوســف اللحامــي (١٩٨٧) ، أن (ولاس ، لابيــن ، بــيرت جريــن) ذكــروا أن مفهــوم الــذات يبــنى مــن خــلال اتصــالات وخــبرات اجتماعــية، ويــتكون أثــناء علمــيات الــنمو التــي تــلازم الفــرد، ويــتكون أيضــاً مــن خــلال الوالديــن والمدرســين والأقــران ، فالفــرد الــذي يتســم بمفهــوم ذاتــي ضــعيف أو يكــون غــير مــتأكد مــن نفســه، ويكون مجالـه الإدراكي ضيق .

وهــذا مــا أكــده علــم الــنفس الارتقائــي وعلــم الشخصــية علــى أن مفهــوم الفــرد عــن نفســه وعــن الآخريــن يــتكون فــي الطفولــة وقــبل الــبلوغ ، وأن هــذا المفهــوم يؤثــر علــى توافــق الطفــل فــي مــرحلة

حـياته اللاحقــة ، فــالطفل ذو المفهــوم الــدات الطيــب يكــون إنســانا متوافقا امــا الطفـل دو المفهـوم الـدات السـبئ أو الســالب يكـون إنسـانا غير متوافق .

ويــري عــادل الأشــول (١٩٧٨) أن الطفــل لا يولــد بمفهــوم جاهـز للـذات إلا أنــه يكونهــا نتـيجة للخــبرات التــي يولـد بهــا فــي مراحل حياته .

ويذكـر سـعيد عـبد اللــه بـيس (١٩٩٣) أن العديـد مـن الباحثيـن قـد يعـرض تعـريفات كثـيرة لمفهـوم الـذات ، وأن كـلا مـنهم عـرّف المفهـوم حسـب الأبعــاد التــي حددهــا والتــي قـد تسـهم فــي وضـع تصـور شـامل لمفهـوم الـذات مـثل "ولـيم جـيمس" الـذي قسـم مفهـوم الـذات إلــى أنــواع هــي : المثالــية ، والــذات الاجتماعــية، والــذات الواقعــية ، أمــا ولــيم فيـتس Fitts فذكـر أن مفهــوم الــذات يمكــن بلورتــه مـن خـلال مـا أسـماه بالـنموذج الدائـري حيـث حـدد (فيـتس) عشـرة أبعـاد لمفهـوم الـذات وهـذه الأبعــاد العشـرة تعطـي صــورة واضــحة مــتكاملة عــن مفهــوم الــذات وهــذه الأبعــاد هــي الــذات الأسـرية والاجتماعـية ونقـد الـذات والـذات الواقعـية والرضــا عـن الذات والذات السلوكية والذات الُكلية .

أم كـارل روجـرر (١٩٩٢) فـيري أن مفهـوم الـذات يـتكون فــي السنوات الأولـى مـن حياة الفرد ويـنمو هـذا المفهـوم مـع تقـدم العمـر حيث أن مفهوم الـذات هـو مـا يدركـه الفـرد ذاتـه وتأثـر هـذا الفـرد بمـا

يحيط به من أشياء ووفقاً لما يقع في وعيه وشعوره ، وأن هذا المفهوم يتأثر بنظرة المجتمع للفرد وبما يحيط به من أشياء ووفقاً لم يقع في وعيه وشعوره ، وأن صورة الجسم لها أهمية في تكوين مفهوم الذات لدى الفرد حيث أن العيوب الجسدية تؤدي إلى تنمية مشاعر النقص وتحول دون تحقق النمو السوي ، فالفرد يتأثر بنظرة الآخرين لهذا النقص أكثر من تأثره بهذا النقص فتنعكس هذه النظرة عليه أي على الفرد فيشعر بفقدان الأمن وعدم الثقة بالنفس ، فيكون متذبذباً في اتجاهه نحو نفسه ، فهو تارةً يثق في نفسه وتارة أخرى يحتقر ذاته أو ينظر إلى ذاته نظرة دونية وهذا يرجع إلى تذبذب آراء الآخرين ونظرتهم له ، فمنهم من يحترمه ويقدره ومنهم من يحقره .

أما حامد زهران (١٩٧٧) فيرى أن مفهوم الذات له خمسة أبعاد هي: الذات الجسمية ، الذات الانفعالية ، الذات العقلية ، الذات الاجتماعية ، الذات العامة .

أما محمود عطا حسين (١٩٨٧) فقد قسم مفهوم الذات إلى الذات الاجتماعية والذات الجسمية، والذات العقلية ، والذات المدرسية .

ويذكر (هول ، لندزي ، ١٩٧٨) أن الذات تعتبر مركز الشخصية والتي تتجمع حولها كل النظم الأخرى فهي التي تمد الشخصية بالتوازن

والثبات ، وتحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان ، ويعتبر تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل لجميع جوانب الشخصية .

فتكوين مفهوم الذات السوي في مرحلة الطفولة يمهد للنمو الصحي لهذا المفهوم في المراحل التالية على أسس سليمة ، ففكرة الطفل عن ذاته يعمل على إقامة الجوانب المختلفة لشخصيته وإكسابها طابقا متميزا إذ يقوم مفهوم الذات بتنظيم عالم الخبرة المحيط به في إطار التكامل ، ومن ثم يكون بمثابة الطاقة الدافعة التي تقوم بتوجيه وضبط وتنظيم السلوك وأوجه النشاطات المتعددة في حياته .

وأن الطفل يولد في عالم يتطلب منه الخضوع لإدارة الآخرين ويظل سلبيا مستقبلا للتأثيرات والخبرات التي لا يقوى على التحكم فيها حتى يبلغ المستوي الذي يستطيع فيه ممارسة قدرته على الاختيار والتميز ، حينئذ تكون أسس بنائه العقلي والنفسي قد تم وضعها ، فإذا كان قد أرسى على أرض صلبة من الاعتماد على النفس والشجاعة وعدم الخوف والحب والتعقل كان البناء النفسي للطفل قويا يجعله قادرا على الإنجاز ومواجهة الظروف .

الفصل الثاني

مفهوم الذات
والتحصيل الدراسي

مفهوم الذات والذكاء

مفهوم الذات والذكاء

يوضح (بروكوفر وآخرون ،١٩٦٧) أن وصف الذات بعبارات مثل "أنا كثير الضوضاء، وأنا بدين ، وأنا لست موهوبا" تكون مفيدة في معرفة كيف سيسلك التلميذ حين يغادر المدرس الفصل ، أو نوعية الملابس التي سيختارها ، أو هل سيقبل على دروس معينة مثل الموسيقى أم لا ولكنها حين تؤخذ مجتمعة فإنها تكون قليلة الفائدة في التنبؤ بأنماط حضوره المدرسي .

أما محمد عبد العال الشيخ (١٩٩٧) فيؤكد على أهمية مفهوم التلميذ عن ذاته من حيث قدراته المدرسية ، ويأتي التأكيد في سياق المدرسة وبصورة أساسية للتعلم المدرسي ، حيث أن التلميذ هنا يعطي تصوره عن قدراته الأكاديمية مقارنة بأصدقائه فيكشف عن مدى ثقته في قدراته في التحاقه بالكلية الجامعية التي تؤدي إلى الوظيفة التي يود أن يشغلها كذلك تقديره لعمله بصرف النظر عن تقدير المعلمين له والدرجة التي يقترح أن يحصل عليها من وجهة نظره .

ومفهوم "الذات الأكاديمي تصنف إلى مفهوم ذات أكاديمي موجب ومفهوم ذات أكاديمي سالب .

ويذكر ازار عباس عبد اللطيف في كتابه "المعاقون ، مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي" نقلا عن محمد داود (٢٠٠٣) ، أن مفهوم الذات هو نظرة الذ رد لنفسه ، فإذا كانت نظرة الأب أو المعلم وتصوراته المسبقة عن الأبناء أو الطلاب تؤثر في تعاملهم معهم ، فمن باب أولى أن نظرة الفرد لنفسه ستؤثر سلبياً أو إيجابياً ، بل إن الدراسات النفسية تبين أن سلوك الفرد يتماشى مع مفهومه لذاته أكثر مما يتماشى مع الشخص الفعلي ، فالبنت التي ترى نفسها غير مقبولة من الآخرين ستسلك وفقاً لهذا المفهوم سلوكاً إنطوائياً أو عدوانياً حتى لو كانت حقيقة أمرها أنها مقبولة من الآخرين أو عادية وينطبق هذا أيضاً على من ترى نفسها غير ذكية أو غير جميلة وهذا ما يسمى بمفهوم الذات المدرسي .

ويعتبر مفهوم الذات قابلاً للتشكيل والتعديل خلال مرحة الطفولة ، ولكن هذه القابلية تأخذ في التناقض مع التقدم في العمر ليستقر مفهوم الذات مع نهاية مرحلة المراهقة ، فيصبح من الصعب تغيير مفهوم الشخص عن نفسه، لأنه سيبدأ في تأويل ما يقال له وما يحدث بما يناسب هذا المفهوم ، ويعد دخول الطفل المدرسة منعطفاً بالغ الأهمية في مفهوم الذات ؛ لأن الطفل سيبدأ في تكوين جانب مهم من جوانب الشخصية ألا وهو مفهوم الذات المدرسي ؛ ذلك المفهوم الذي سيؤثر على سير الطالب في دراسته وقد يمتد أثره إلى الجامعة وما بعدها .

فمفهوم الذات المدرسي يعتمد بشكل كبير على خبرات النجاح والفشل التي واجهها التلميذ في سنواته الأولى من المدرسة ، كما يعتمد على ما يقال له سواء كان ذلك الفشل أو النجاح راجعاً إلى الطالب نفسه أو قدرته أو راجعاً لظروف أخرى ، وسواء كان ما يقال له صحيحاً أم مبالغاً فيه .

إن تعريض الطفل لخبرات مدرسية أكبر من قدراته الفعلية أو طلب الوصول إلى مستويات أعلى من إمكاناته قد يؤدي إلى نتائج عكس ما يراد، فبدلاً من الوصول إلى حد معقول من الأداء يصبح الطالب عاجزاً حتى عن الوصول إلى المستوى الذي يناسب قدراته وإمكاناته .

فأسلوب المعلم الذي يتبعه لحث الطالب على تحسين أدائه يؤثر سلبياً او إيجابياً على مفهومه عن نفسه لا سيما فيما يتعلق بالجانب المدرسي ، فالمعلم الذي يردد قوله للطالب "أنت سيئ أو أنت غبي أو أنت لا تفهم ستؤدي تلك المقولات أو هذه الأقوال إلى أن يكوّن هذا الطالب فكرة سيئة عن نفسه حتى لو كان المعلم يهدف إلى حث الطالب على المذاكرة ، والحالة نفسها تتكرر عندما يتخذ الوالدان أسلوب المقارنة السلبية مع الطفل بغيره أي جعل الطفل يحث بأنه أقل من غيره أو غيره أفضل منه ، مثل قول المعلمة أو الأم للطالبة "انظري أختك أو زميلتك حققت الامتياز والتفوق في المدرسة وأنت لم تحققي شيء أو لم تحققيه ،

أو لماذا جميع البنات أحسن منك في الشكل والحظ فكثره هذه المقارنات وتكرارها من شأنه أن يجعل الطالب أو الطالبة تأخذ هذه الأقوال وتفسرها على أن هذه حقيقتها وهذا حالها ، وهنا لن تحاول الطالبة بذل أي جهد لتحسين وضعها ويتكوّن مفهوم سيئ عن ذاتها . "مفهوم ذاتي سالبي" والعكسي صحيح ، إذا يعتبر مفهوم الذات من الأبعاد الأساسية للشخصية الإنسانية التي لها أثر كبير في السلوك ، وينمو هذا المفهوم لدى الطفل في مرحلة الطفولة ولذلك يجب إشباع حاجات الطفل في مرحلة الطفولة ؛ وذلك لضمان بناء مفهوم ذات إيجابي وتطور الشخصية بشكل سليم حيث أن مفهوم الذات هو حصيلة خبرات الطفل الاجتماعية والذاتية التي يمر بها لذا يجب التأكيد على مبدأ التكامل لشخصية الفرد ، والاهتمام بتكيفه وصحته النفسية انطلاقا من نظرته إلى ذاته وإلى عالمه الخاص والعام .

ويذكر على محمد الديب (١٩٩١) أن مفهوم الذات هو الشيء الوحيد الذي يجعل للإنسان فرديته الخاصة به ، ولعله المخلوق الوحيد الذي يستطيع إدراكَ ذاته بحيث يجعل من الذات موضوعا لتأمله وتفكيره وُتقويمه ، ولكنه يبدو من الصعب تصور "الوعي بالذات" دون توافر "وعي اجتماعي" أي أن الفرد لا يستطيع إدراك ذاته إلا من خلال إدراك ردود أفعال الآخرين تجاه أعماله وتصرفاته ويستطيع الأفراد والمؤثرون في حياة

الطفل مساعدته على تكوين صورة مقبولة للذات تمكنه من النجاح والتكيف والحس السليم مع المطالب الخارجية إن اتجاهات هؤلاء الأفراد نحو الطفل وأفكارهم عنه وآراءهم فيه تعد جزءاً لا يتجزأ من نظرته إلى ذاته وبعد سنوات الطفولة الأولى يلعب المعلمون والأقران دورا هاما في تصوير "مفهوم الذات" عند الطفل حيث يقوم الطفل بتعديل تصوره لذاته مرة تلو الأخرى لكي يتطابق هذا التصور مع التوقعات التي يرجوها أو ينتظرها الآخرون منه وقد يفشل الطفل في إجراء مثل هذا التعديل وقد تعاق عملية تكيفه إذا انتقده المحيطون به بشكل مستمر ومفرط أو إذا توقعوا منه إنجازات تتجاوز استعداداته وقدراته لذلك ينبغي على الراشدين مساعدة الطفل على إدراك الواقع الحقيقي لذاته وبيئته معا لكي يتخذ موقعا إيجابيا حيال نفسه وتصرفاته.

ويذكر سيد غنيم (١٩٨٧) أن مفهوم الذات يعني الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه بما يتضمن من جوانب جسمية واجتماعية وأخلاقية وانفعالية يكونها الفرد عن نفسه من خلال علاقاته بالآخرين وتفاعله معهم .

فالذات التجريبية عند وليم جيمس هي كل شيء يستطيع الفرد أن يدعي أن له جسده وسماته وقدراته وممتلكاته المادية وأسرته وأصدقائه .

وقد ذكر (وليم الخولي ، ١٩٧٦) أن الذات التجريبية تتكون من الذات الروحية والذات المادية والذات الاجتماعية والذات الجسمية .

فمفهوم الذات الجسمية يعني شكل المرء وهيئته كما يتصورهما وكما يظن أنهم يبدوان للآخرين .

أما (إنبلش وإنجلش ١٩٥٨) ، و(تينسي ١٩٨٥) فقد ذكرا الذات الاجتماعية تعني الجانب الذي يدركه الآخرون عن الفرد في مواقف اجتماعية معينة ، فهي الصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها فهي الكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته كفرد ويقوم بعلاقات اجتماعية وقيادية إيجابية في المواقف الاجتماعية المختلفة .

وأن الذات الأخلاقية تعني إدراك الفرد للجوانب الملتزمة بالقيم والمثل والأخلاقيات النابعة من الدين والثقافة .

أما مفهوم الذات العصابية (الشخصية) فيعني إدراك الفرد لما يعانيه من خوف وأعراض عصابية تؤثر على سلوكه التوافقي في علاقاته بالآخرين .

وهذه الأنواع من الذات يقيسها إختبار تينس لمفهوم الذات .

ويذكر محمد أحمد سلامه (١٩٨٥) أن مفهوم الفرد عن ذاته يؤدي إلى توجيه سلوكه وإلى التفاعل الاجتماعي مع الآخرين

مما يساعد في تطوره وأن المدرسة لها تأثير إيجابي على نمو مفهوم الذات مما يؤثر على كثير من سلوكياته المدرسية .

أما محمد عبد العال الشيخ (١٩٩٧) فيرى أن مفهوم الذات كدافع يحدد درجة وعي الفرد بذاته وقدراته ، وبالتالي يكون له تأثير تنشيطي على مستوى الوعي العام للفرد ، كما أنه يحدد وجهة الضبط الداخلي للفرد مما يؤدي إلى رفع مستوى الطموح والذي يؤثر بدوره على درجة تقبل الفرد للمعلومات ، حيث ترتفع درجة الانتباه مما يساعد في زيادة التحصيل الدراسي وزيادة الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ ، لذلك نجد التلميذ الذي يخاف من الفشل هو الذي يكون مفهومه عن ذاته سالباً وبالتالي تكون دوافعه فاتره ، لذا فإن تعديل مفهوم الذات يساعد على التغيير في مستوى التحصيل أكثر من العوامل العقلية .

ويذكر عبد العال حامد عجوة (١٩٩٣) أن باندورا Bandura, 1977قدم نظرية عن فاعلية الذات على افتراض أن الإجراءات النفسية تخدم كأدوات لخلق وتقوية توقعات فاعلية الذات ، وأن هذه النظرية تؤكد بأن الأنماط المختلفة من التأثر تعدل السلوك من خلال تقوية فاعلية الذات .

ومفهوم الذات الإيجابي يعتبر هدف عام يجب ، سعى المجتمع إلى تحقيقه لدى أبنائه ، وتحسين مفهوم الذات يؤدي إلى

وضع مستوى تعليم الطلبة في المجالات المعرفية والمفاهيم العقلية .

إذا مفهوم الذات يتكون من مجموعة متحدة من المظاهر التي يمكن تحليلها بواسطة إجراءات القياس ، فهو أي مفهوم الذات ذو بيئة هرمية قاعدتها خبرات الإنسان في الطفولة (في الأسرة ، في المدرسة ثم المجتمع) حيث تتشكل لديه مفاهيم فرعية عن ذاته الجسمية والعاطفية والاجتماعية والأكاديمية ، فيجتمعوا معاً وتضاف لشكل المفهوم العام للذات .

قام وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٤) بدراسة عن علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع واشتملت الدراسة على (١٠٠) طفل ذكور وإناث وتضمنت أدوات الدارسة مقاييس تقدير الذات للأطفال ، والقلق الاجتماعي للأطفال وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين تقدير الذات والقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع من الجنسين، وأثبتت الدراسة أيضاً أن الذكور كانوا أكثر تقديراً لذواتهم من الإناث .

دراسة هينشو (Hinshow, 1994) أن تقدير الذات المنخفض يؤدي إلى عجز انتباه كآبة وعلاقات سيئة مع الآخرين .

دراسة فنيبس (Phillips.1978) أن ارتفاع القلق عند التلميذ يكوّن مفهوم ذات سالب عن نفسه ويكون مستوى تحصيله عن وعي ضعيف والعكس صحيح .

دراسة ستكورد (Sto choord) أن مفهوم الذات السالب يكون عند الإناث فقط أما الذكور فيكون لديهم مفهوم ذات إيجابي، فقد وجد أن المستويات الأدنى من تقدير الذات وجدت عند الإناث أكثر من الذكور .

يذكر وحيد مصطفى كامل(٢٠٠٤) نقلاً عن سامية القطان ، وزوكولو Joccolil أهمية القلق كمتغير له أثره السلبي على تقدير الذات ، فكلما ارتفع القلق نقص تقدير الفرد لذاته .

ويذكر عبد الوهاب كامل (١٩٨٩) أن تقدير الذات يتمخض بمعنى الرؤية الموضوعية لذاته ولكن قد يغالي الفرد في تقديره لذاته فيصاب بسرطان الذات ، وتضخم مرض خبيث في ذات الفرد يجعله غير مقبول من الآخرين ويحيط نفسه بهالة كبيرة من الظلام ولكن بدون فعل أو عمل ، أو قد يحط الفرد من قدر نفسه وينحدر بذاته نحو الدونية والإحساس بالنقص فيكوِّن مفهوم ذات سالب عن نفسه ، وقد يكون الفرد متزناً يجمع بين الكبرياء الحميد والتواضع واحترام الآخرين فيكوِّن ذات إيجابي عن نفسه.

مفهوم الذات والذكاء

ويرى وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٤) أن تقدير الذات هو الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية الأخرين وتقييمهم له وتفاعل الفرد مع الأخرين.

فتقدير الذات بمثابة تقييم عام لقدرات الفرد ، ينقله إلى الأخرين بالأساليب التعبيرية وأن هناك عوامل شخصية وعوامل بيئية يكونان سبباً في تكوين الذات الموجب أو الذات السالب لدى الفرد وأن القلق يعتبر عامل أساسي في انخفاض مفهوم الذات لدى الفرد ، وأن الفرد يقدر ذاته بدرجات متفاوتة حسب الموقف الذي يتعرض له حتى لا يكون عرضة للقلق والصراع وتهديد الذات .

ولقد ربط كلا من جارد نر (١٩٨٩) وكامبل . Cambell, I 1999)) كما يذكر محمد عباس المغربي (٢٠٠٣) بين الذكاء الشخصي (مفهوم الذات) وذكاء العلاقات داخل الشخص (ذكاءات علاقات الشخص) والذي يعبر عن مشاعر الفرد الداخلية تجاه نفسه ومدى فهمه لذاته وقدراته ، وما يمتلكه من مهارات وقدراته على الأداء ،ومدى إدراك الفرد لدوافعه ،وقدرته على فهم الأخرين .

أما فؤاد أبو حطب (١٩٩١) اعتبر الذكاء الشخصي أحد النماذج الفرعية لنموذجه الرباعي العملياتي وأن الذكاء الشخصي هو حسن

المطابقة بين التقرير الذاتي للفرد عن عالمه الداخلي ومحكات موضوعية مرتبطة بتقبل الملاحظة الخارجية ، وأنه يمكن قياسه داخل الشخص في ضوء المسافة بين تقديره لذاته وأدائه الفعلي .

ولقد وضع كامبل وآخرون (١٩٩٩) قائمة للذكاء الشخصي تضمنت مدى الارتباط بين أبعاد الذكاء الشخصي وأبعاد تقدير الذات حيث هذه تقوم هذه القائمة على تفسير الذكاء الشخصي في ضوء فهم الشخص لذاته .

وقد أكد" ديتز " (Dietz, B. 1996) على العلاقة بين تقدير الذات والكفاءة الشخصية أثناء تناوله لمفهوم الذكاء الشخصي ، وأن الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات لديهم كفاءة شخصية عالية .

ولقد اعتبر باندورا أن أحكام فاعلية الذات تنتج عن عملية استنتاجيه والتي تكون متوقفة على معلومات من :

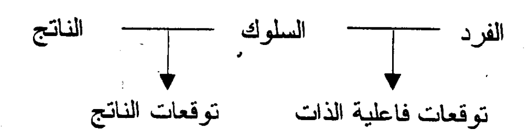
١- إنجازات الأداء : فالأداء الناجح يرفع فاعلية الذات بينما الإخفاق يؤدي إلى خفضها .

٢- الخبرات البديلة : فملاحظة الآخرين وهم ينجحون يرفع من فاعلية الذات ، أما ملاحظتهم وهم يفشلون يخفض من فاعلية الذات .

٣ـ الإقناع اللفظي حيث يمكن اكتساب فاعلية الذات من خلال الإقناع اللفظي في ظل الظروف السيئة ...

٤ـ الاستثارة الانفعالية : فالانفعال الشديد يخفض الأداء ، فالذين يخبرون بخوفٍ شديدٍ أو قلقٍ شديد تكون توقعات فاعليتهم منخفضة .

يذكر "باندورا" أن توقعات الإتقان الشخصي (فاعلية الذات) تؤثر على كل من المناداة والمثابرة في حل المشكلة ، فقوة فاعلية الأفراد واعتقادهم في قوة هذه الفاعلية يكون له تأثيره على محاولة التعامل مع المواقف المعطاة ، وأن توقعات النجاح النهائي يمكن أن يؤثر على نشاطات حل المشكلة ، ففاعلية الذات الأقوى تؤدي إلى بذل نشاطات أكثر فهي تنشط وتوجه السلوك للفرد، لذا تكون لها تأثير قوى وإيجابي في دافعية الإنجاز ، كما أن قوة فاعلية الذات تؤثر على المثابرة في مواجهة، حل المشكلات ، فهذه المثابرة تعتبر مكوناً أساسياً في الدافعية للإنجاز.



شكل توضيحي يميز بين توقعات الفاعلية للذات وتوقعات الناتج

لكـل مـرحلة عمـرية مـا يمـيزها مـن الخصـائص النفسـية والسـلوكية ، فمـثلاً مـن الخصـائص النفسـية لمـرحلة الطفولـة التـي يحسن للمربين التعرف عليها ما يتعلق بمحورين هما :

١- الجانب العقلي ، ٢- الجانب الانفعالي .

* فالجانـب العقلـي يـتعلق بطبـيعة التفكـير فـي مـرحلة الطفولـة بشـكل عـام حيـث تقسم طبـيعة التفكير فـي هـذه المـرحلة بعـدم القـدرة علـى التفكـير المجـرد ، وعـدم القـدرة علـى إدراك المعانـي واخـتلاف المفاهـيم العقلـية عـند الطفـل عـن المفاهـيم عـن الكـبار رغـم تطـابق الألفـاظ ، وقـبل سـن السـابعة يتمـيز تفكـير الطفـل بالـتمركز حـول الـذات مـن الناحـية الإدراكـية أمـا طبـيعة التفكـير فـي مـرحلة المـراهقة فتتمـيز بظهـور التفكـير المجـرد وظهـور القـدرات العقلـية الخاصـة بجانب العامة،وما لذلك من أثر على سلوك المراهقين .

أمـا الجانـب الانفعالـي فيتمـثل فـي الـتعرف علـى شخصـية الطفـل ووسـائلـه لتأكـيد ذاتـه والـتعامل الصـحيح معهـا ، وإدراك مخاوفـه الطبيعـية وعـدم إهمالـهـا وإدراك حاجـته للعـب الـذي يـؤدي إلـى وظـائف معرفـية وانفعالـية لـدى الطفل،أمـا فـي مـرحلة المـراهقة فتـبدأ التغـيرات الجسـمية تلقـى بظلالـهـا علـى نفسـية المـراهق كمـا تؤثـر التغـيرات الفعلـية علـى سـلوكـه ولا ينبغـي إغفـال دور جماعـة الأقران في مرحلة المراهقة وتأثيرها على الجانب الانفعالي .

ويذكر كلا من ابراهيم على ابراهيم ، مايسة احمد النيال (١٩٩٤) نقلا عن (Franzai.1992) أن الفرد يستطيع أن يكون صورة ذهنية منذ الطفولة وحتى الرشد عن جسمه ككل بما فيها من الخصائص الفيزيقية والوظيفية والتي تساعده في تقييمه لذاته ، وتتضمن هذا الصورة الذهنية إدراكه لشكل جسمه وحجمه ، والارتباطات الداخلية لأجزائه وتنبع صورة الجسم من مصادر شعورية ولا شعورية تمثل مكونا أساسياً في مفهوم الذات ، فإذا حدث تشوه في صورة الجسم واضطرابها وخاصة الأفراد ذوي السمنة المفرطة أو القصر الشديد أو ذوي العاهات ، فهذا التشوه يساعد في تكوين مفهوم سالب عن الذات لدى هؤلاء الأفراد ، أما إذا حدث رضا عن صورة الجسم وشعوراً إيجابياً نحوها ، وتقديراً لهذه الصورة فإن هذا سيساعد في تكوين مفهوم إيجابي عن الذات لدى هؤلاء الأفراد ، فالتصور الجسمي أو الصورة الذهنية منذ الطفولة عن الجسم يعتبر من العوامل المهمة في تشكيل وتطوير مفهوم الذات لدى الفرد .

وهذا ما أكدته دراسة باتزر Batzr,1985 ، ميتشل Mitchle ,1987، كوف ريدوان "يناير ١٩٩٠" .

وتذكر فاطمة عياد (٢٠٠٢) أن تقدير الذات يعني مدى اعتزاز الفرد بنفسه أو بمستوى تقييمه لنفسه .

كما تذكر أيضاً نقلاً عن ماسلو (في: خيري وحسن ١٩٩٠)، أن "ماسلو" في تنظيمه للحاجات النفسية ذكر أن حاجات التقدير تحتوي على جانبين هما : الجانب الأول : يتضمن احترام الذات ويشمل (الثقة بالنفس ، الكفاءة ، القوة الشخصية الاستقلالية) أما الجانب الثاني فيتضمن التقدير من الآخرين ويشمل (المكانة الاجتماعية والانتباه والشهرة والتقبل النفسي والاجتماعي) .

كما تذكر أيضاً أن (روز نبيرج نقلاً عن عسكر ١٩٩١) ذكر أن تقدير الذات يتضمن اتجاهات الفرد الشاملة ، وأن تقدير الذات المرتفع يعني أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية ، أما تقدير الذات المنخفض فيتضمن عدم رضا الفرد عن نفسه ورفض الذات واحتقارها .

ويذكر علماء النفس أن الطالب الذي يكوّن صورة إيجابية عن ذاته يكون متفوقا دراسيا والعكس صحيح والطالب الذي يكون صورة سلبية عن ذاته يكون منخفضا في مستوى تحصيله الدراسي .

وتذكر انشراح محمد دسوقي أن (شيني ١٩٧٢) يرى أن إدراك الذات قد يكون أحد المنبئات الهامة للتحصيل الدراسي حيث أنه يوجد ارتباط سالب بين صورة الذات السلبية والتحصيل الدراسي .

كما تذكر أيضا (١٩٨٠) أن (الزيات ١٩٨٥) أشارت نتائج دراسته أن مفهوم الذات نتيجة أكبر من اعتباره سببا والتحصيل الدراسي نتيجة .

وترى أيضا أن نتائج هذه الدراسة تتفق مع التراث النفسي الذي أكد على أن مفهوم الذات يتكون على طول مدى حياة الفرد ، وينتج مفهوم الذات الإيجابي من خلال التنشئة الاجتماعية السوية والتي تعمل على بناء " أنا" قويه تدفع الطالب إلى التفوق الدراسي ومن ثم يكون صورة إيجابية عن الذات .

كما ترى أن مفهوم الذات يعني إدراكنا لأنفسنا جسميا وعقليا واجتماعيا وأخلاقيا في ضوء علاقاتنا بالآخرين وعلى هذا يكون مفهوم الذات النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة ديناميـة وظيفية مركبة .

يتمثل الهدف الأسمى للتربية في المجتمع في تحقيق السلوك السوي لأبنائها سواء في الأسرة أو المدرسة ، أوفي باقي مؤسساته ، هذا السوط داخلي المنيع بحيث يكون الإنسان رقيباً على ذاته بحيث تكون له نفس لوامة يقول الله تعالى : " كَفَى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيباً"

الفصل الثالث

نظرية شوتز ومفهوم الذات
عقدة أوديب ومفهوم الذات
نظرية ((مراقبة الذات))

نظرية شوتز schuzy 1978 ، ومفهوم الذات:

هـذه الـنظرية تقـوم علـى افـتراض أن كـل الـتفاعلات الإنسـانية يمكـن تقسـيمها إلـى ثلاثـة أبعـاد هـي : ١- الشـمول ، ٢- السيطرة ، ٣- العاطفة .

وهـذه الأبعـاد الـثلاثة تكـوّن مجـالات تداخـل الشخصـية وهـذا هـو الجانـب الأول فـي الـنظرية فالشـمول inclusion : يتضـمن الحاجـة الشخصـية الداخلـية التـي يشـعر بهـا الإنسـان لإقامـة علاقـات وثـيقة مـع الآخريـن والاحـتفاظ بهـذه العلاقـة ، بشـرط أن تكـون هـذه العلاقة مشبعة لحاجة الإنسان .

أمـا السـيطرة control : فهـي الحاجـة الشخصـية الداخلـية التـي يشـعر بهـا الإنسـان فـي إقامـة علاقـات طيـبة مـع الآخريـن ، ويشـير السلوك القيادي إلى علمية صنع القرار بين الأفراد .

ولكـن العاطفـة Affection تشـمل الحاجـة الشخصـية الداخلـية التـي يشـعر بهـا الإنسـان فـي الاحـتفاظ بعلاقـة مرضـية مـع الآخريـن وخاصة فيما يتصل بالمودة والعاطفة.

أمـا الجانـب الثانـي مـن الـظرية فيتمـثل فلـي مجـالات تداخـل السلوك ويشمل :

١- ما يعبر عنه الإنسان للآخرين أي سلوك الإنسان نحو الآخرين .

٢- ما يريده الإنسان من الآخرين أي السلوك المرغوب نحو الآخرين .

وفي ضوء العلاقة بين السلوك (الشمول - السيطرة - العاطفة) والمشاعر (ما يعبر عنه الإنسان للآخرين ، وما يريده الإنسان من الآخرين) يكون الشخص ذو الذات الإيجابي المرتفع هو الشخص الاجتماعي الناجح في مرحلة الطفولة والذي يتمتع بوجوده في المجتمع والقادر على تحمل مسؤولياته ، وهو يشعر بأهميته وبأن الحياة تستحق أن نعيشها ، لأن الحياة تستحق ذلك وهذه الشخصية تمثل نمط من أنماط الشمول.

كما تحدث شوتز عن الشخصية المنطوية ، أما أنماط السيطرة فقد ذكر أن هناك الشخصية الانقيادية والأوتوقراطية ، والديمقراطية ، أما أنماط العاطفة فقد ذكر نمط الشخصية المنطوية والإنبساطية والعادية.

وذكر أن الشخصية العادية يكون لديها مفهوم ذات ايجابي حيث تستطيع هذه الشخصية أن تحتفظ بعلاقات عاطفية ناجحة مع الآخرين منذ الطفولة حيث تشعر دائماً بالاطمئنان وتنسحب من المواقف المناسبة وغير المناسبة دون أن تترك أي مشكلة وتكون دائماً محبوبة من الجميع وهي قادرة على منح الآخرين

عاطفة جياشة عندما تشعر بالحب العميق نحوهم أو أنهم يحبونها بنفس القدر المعطى لهم منها .

وتأكيداً لهذه النظرية قام شوتز (1978) Schutz بدراسة عن كيفية اختيار الأفراد لشغل وظائف مديرين للمدارس ، واختار عينة من الإداريين طبق عليهم مقياس فيرو "Firo" وأسفرت النتائج عن :

أن الإداريين الذين لديهم رغبات قوية في أن يراهم الآخرون ذوي دلالة "الشمول" سوف ينجحون في استخدام المصادر الإنسانية لأهداف الإدارة التربوية وسوف يكونوا قادة مدارس ناجحين .

كما وجد أن عدم الرضا عن الأم له علاقة بفعالية المدير الإداري .

ووُجد أن الذي سوف يستخدم الإسقاط كيمكانيزم دفاعي لا ينجح في الأعمال الإدارية لأن الإسقاط عدواني.

كما وُجد أيضاً أن الذي سوف يستخدم الأفكار "كيمكانيزم دماغي يستطيع أن يحتفظ بصورة الكفاءة الإدارية" وأن يكون لديه مفهوم ذات إيجابي مرتفع".

أيضاً قامت **"مورفال 1972) Maurval)** بدراسة عن العلاقة بين الحاجات الشخصية وتقدير الذات وذلك على عينة من

المراهقات يتراوح أعمارهن بين (١٥ – ١٨ عاماً) وتم استخدام مقياس "فيروب Firob ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين تقدير الذات والحاجة للشمول .

ووجود علاقة سلبية بين تقدير الذات والحاجة إلى السيطرة على الآخرين .

ووجود علاقة بين تقدير الذات والعاطفة ولكن لا تصل إلى حد الدلالة الإحصائية.

وقد قام **عبد الرحيم بخيت عبد الرحيم** (١٩٨٨) بدراسة سلوك المتفوقين والمتفوقات تحصيلياً في ضوء نظرية "شوتز للشخصية" وذلك على عينة مكونة من (٣٨) متفوقين ،و(٣٨) متفوقات واستخدم الباحث مقياس "فيرو" ف- ب للوعي النفسي وأسفرت النتائج عن أن هناك سلوكيات فارقة بين المتفوقين والمتفوقات ، وأن أنماط الشخصية تختلف لدى كل منهما وكذلك ميكانيزمات الدفاع النفسي ، وهذا يرجع إلى عملية التنشئة الاجتماعية المستخدمة في التعامل مع البنين والبنات ، حيث إن البنين لهم الكثير من الحريات دون البنات.

فالبنات يحاسبن على كل نشاط أو سلوك مغاير لا تقبله الأسرة .

ثم نستقل بعد ذلك تلك السيطرة التي تمارسها الأسرة إلى المدرسة ومن ثم إلى المجتمع وهذا ما أكدته نظرية سوتز للشخصية.

ويذكر كلا من **رشاد عبد العزيز موسى ، وليلى مصطفى بدوي (١٩٨٧)** أن علماء النفس مثل : ‎Bellak (1971) ,‎ ‎(Symands (1964), Barron (1963‎ اتفقوا على أن قوة الأنا تشير إلى توافق الفرد مع ذاته ومع مجتمعه ، علاوة على خلوه من الاضطرابات الإدراكية ، والأعراض العصابية ، والقدرة على التكيف في مواجهة المواقف المختلفة ، كما ذكروا أن قوة الأنا باعتبارها من السمات المميزة للشخصية تتأثر بثقافة المجتمع. لذا فإنها تؤثر في تشكيل شخصية الفرد وذلك عن طريق المواقف الثقافية التي يتعرض لها الفرد في الحياة.

كما يذكرا أيضاً أن كلا من ‎Kodman and Hopkin, 1970‎ قاما بدراسة عن العلاقة بين قوة الأنا وبعض سمات الشخصية التي تميز المسجونين وطبقا مقياس قوة الأنا لباورن على (٣٠) مسجوناً وأسفرت النتائج عن الآتي :

- اتسام المجموعة ذات قوة الأنا المرتفعة بعدم وجود قلق عصابي لديها وأنها مقبولة في حالة الغضب وأنها متوافقة ومنطلقة اجتماعياً مع تأكيد قوي لسمات الذكورة والذكاء المرتفع وقوة أنا جيدة.

- اتسام المجموعة ذات قوة الأنا المنخفضة بقصر في مفهوم الذات مع قليل من التشاؤم ولديهم اهتمامات جسدية وشذوذ وعدم الإحساس بالمسئولية والانسحاب من المجتمع والخبرة الشخصية غير العادية وعدم الرضا عن العلاقات الشخصية كما تميزوا بدرجة مرتفعة من معدل الغضب وعدم التوافق.

كما وجدت علاقة بين قوة الأنا المرتفعة وانخفاض في بعض الأمراض النفسية .

إذن فقوة الأنا تشير إلى القدرة على التعامل بنجاح مع البيئة والقدرة على ضبط الانفعالات.

مقياس (فيرو) للوعي النفس Firo Awarness Scales

تعريب: عبد الرحيم بخيت

ويحتوي هذا المقياس على : (١) اتجاه العلاقات الشخصية (السلوك) فيروب ، وهذا المقياس يقيس السلوك المميز للفرد نحو الآخرين في أبعاد : الشمول – الضبط – العاطفة ، كما يبين مدى التوافق بين الأفراد.

ويتمثل الشمول في رغبة الفرد في إقامة علاقة مع الآخرين تشبع حاجاته وتتمثل السيطرة في السلوك القيادي المميز وعملية صنع القرار بين الأفراد.

وتتمثل العاطفة في الرغبة في إقامة علاقات مرضية مع الآخرين وخاصة في جانب المودة، ويتضح ذلك في سلوك معبر عنه وسلوك مرغوب فيه. (فيرو . ب FiroB)

أما الجانب الثاني من الاختبار فيقيس اتجاه العلاقات الشخصية (المشاعر) (فيرو .ف)

وهو مقياس يقيس مشاعر الفرد المميزة نحو الآخرين ويقابل (فيرو .ب) ولكن على مستوى المشاعر والأحاسيس لهذا المقياس يقيس مشاعر الفرد وأحاسيسه أكثر من سلوكه العام.

وهو مقياس يقيس مشاعر الفرد المميزة نحو الأخرين ويقابل (فيرو . ب) ولكن على مستوى المشاعر والأحاسيس ، فهذا المقياس يقيس مشاعر الفرد وأحاسيسه أكثر من سلوكه العام.

أما الأبعاد المقابلة للشمول والضبط والعاطفة فهي كالتالي: الدلالة – الكفاية – المودة Love ability وتتضح هذه الأبعاد في مشاعر معبر عنها ومشاعر مرغوبة.

وفي ضوء العلاقة بين فيروب – فيرو (ف) تتمثل الأنماط الشخصية في الآتي:

أ- أنماط الشمول (اللا اجتماعي – الاجتماعي الزائد) الاجتماعي المعتدل .

ب- أنماط السيطرة (المنقاد – الأوتوقراطي).

ج- أنماط العاطفة (الانطوائي – الانبساطي المتفتح – العادي).

يهتم علم النفس بحياة الجماعة ؛ وأن دراسة تأثير الجماعة يعادل في أهمية دراسة الفرد ذاته .

ويرى ((شيللر)) أنه تعلم من حياة الطفولة ما لم تعلمه له الحياة ؛ كما أن التحليل النفسي يظهر أن عادات الطفل وعواطفه تتكون من طريقة التفاعل بين الطفل والعوامل المؤثرة في بيئته التي يحيا فيها ؛ كما أن نمو الذات هو نتاج لتفاعل الفرد مع بيئته المحيطة به وخاصة ((الوالدين)) في الثماني سنوات الأولى من عمر الطفل.

ويرى الفلاسفة أن الإنسان كائن حر واع بذاته ؛ فحريته تجعل منه ذات شارعة في المعرفة والعمل معاً فهو سيد الطبيعة ، وبالتالي فأخلاقياته وسلوكياته تدعو إلى الرفعة والسمو.

ولذلك تنتشر مقولة ((أرني طفلك لكي أقول له من أنت)) .

ويذكر جمال مختار حمزة (٢٠٠٢) أن الفرد يصل إلى ذلك العالم وهو كيان فيزيقي يخضع لخصائص النمو وقوانينه متجهة نحو تحقيق النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي ويبدأ الفرد في تكوين نظره نحو ذاته (أي يكون الفرد مفهوماً حول ذاته وتقديره لذاته) .

كما يذكر أيضاً أن مرحله الطفولة وتتميز بخصائص منها :

ـ أنها مرحله الاستعداد للتعلم أكثر من آي مرحله عمريه تاليه .

ـ ومرحلة الحاسية ((فحواس الطفل كالنوافذ المفتوحة)) .

ـ ومرحلة التبلور ومرحلة وضع الأسس الأخلاقية ، حيث يتبلور السلوك والأخلاق من خلال وضع اللبنات الأولى للمفاهيم الخلقية والاجتماعية من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية والتي تقوم على التفاعل الاجتماعي وتهدف إلى اكتساب الفرد (طفلاً فمراهقاً فراشداً فشيخاً) سلوكاً ومعاييراً واتجاهات مناسبة لأدوار اجتماعيه معينة تكسبه التفاعل الاجتماعي .

كما يذكر أن الباحثين في مجال الدراسات السيكولوجية اهتموا بدراسة علاقة الأب بأبنائه اتضح اهتمام بكسب لقمة العيش والجوانب المادية دون إعطاء وزن حقيقي عادل لمطالب واحتياجات الأبناء ؛ كما

أكد الباحثون على أهمية دور الأباء في حياه الأبناء ؛ وظهر مفهوم التربية الأبوية والذي يهدف إلى توضيح دور الآباء ومستوى المعرفة والمهارات المرتبطة به لتمكينهم من التفاعل مع الأبناء وإثراء الخبرة الإنسانية لديهم .

ويؤكد ميتشل (1993) Mitchell على مصطلح التهديد المستدمج وهو الخطر الموضوعي والذي يكون على شكل انفعال تستشعره الذات أكثر من التهديد الموضوعي والتي يمكن للآخرين أن يشاهدونه ، كذلك التنشئة الأبوية السلبية التي يمكن أن يتعرض لها الأبناء والتي تؤثر تأثيرا بالغا في تشكيل صورة الذات .

أما بولوبي (1994) .BOW Lapy, t فيؤكد على أهمية دور الأب في تكوين اللاشعور للأبناء ، فاسم الأب يعد مجازا يشكل القاعدة في بنية السلسلة والتي يكون فيها دخيلا على علاقة الأم بأبنائها لا يدرك إلا من خلال تعريفها له ،فهو يمثل مفترقا بنيويا له آثار بعيدة.

ويذكر وينيكوت (1993) Winnicott أن مشاعر ذات الطفل تنخفض نتيجة عدم التوازن النرجسي بين ذاته ووالديه ففشله في تحقيق أهداف تحقق له التوازن النرجسي فإنه يتولد لديه شعور بانخفاض تقدير الذات .

ويشير على القائمي (١٩٩٤) إلى أن دراسات علم النفس أكدت أنه لا توجد غريزة تسمى بالأبوة حيث أن الأب هو المرشد والقدوة لأبنائه فهو عنصر توجيه وتنشيط للأبناء فهو يكتشف حاجاتهم إلى المعرفة والنمو وتكوين روح الطمأنينة لديهم واكتسابهم القيم البناءة ويتم

ذلك من خلال فرص مواتية ومواقف حية للتعليم والتجربة وإكسابهم المهارات اللازمة لتحقيق الذات . ويؤكد (جورج موكو١٩٨٨) ذلك عندما ذكر أن الأبوة ليست إلا وظيفة اجتماعيه ترتبط بإنسانية النوع البشري إن لم تكن وظيفة عزيز يه فهي تمثل رمزا للسلطة واتجاه للنظام الراسي الهرمي لكل العلاقات الإنسانية وأن الصراعات الاجتماعية ليست في حقيقتها إلا صراعات علائقية تلعب فيها فكرة السلطة الأبوية دورا مهما فيها .

وقد يحدث بعض الأباء في الأطفال نوعا من المرض والذي يكون السبب في تكوين مفهوم ذات سالبة عندما يكره الأباء نماذج السلطة ولا يستطيعون إظهار تلك الكراهية لمن حولهم مما يجعلهم يلجأون إلي طريق غير مباشر عن طريق تعزيز سلوك العدوان في أبنائهم فيظهرون لأبنائهم السعادة عندما يعتدوا علي الآخرين .

عقدة أوديب ومفهوم الذات

يؤكد علماء التحليل النفسي علي أهمية دور الأباء في تربيه وتنشئة الأطفال حيث يؤكدوا علي أهمية المراحل القضيبية المدخل الأساس في المرحلة الأودبية ، فالطفل بأنانيته عندما تتشابه النزعات الجنسية نكون الأم أول عرض له ثم يكتشف الطفل أن ما يشكل عائقاً للوصول إلى الأم هو الأب ، فالأب هو الذي يتولى مسئولية الحامل الطبيعي للمنع الرمزي للرغبة الأودبية ويكون الركن الأخلاقي الذي يتخذ أي أمر منه لمنع الأصلي كنموذج وأن كانت صورة الأب تستطيع تحمل العدوانية اللاوعية نلطفل ، فإنه باتصاله بها يسعى لحل العقدة الأديبية دون أن يستخدم العقوبات الذاتية التي يوحي له بها شعوره اللاوعي بالاثم ، فإن كانت الأم تمثل صورة الوالدة المشتهاة فالأب يصبح منافساً ينبغي إزاحته ونموذجاً ينبغي تقليده.

أما (جن ايرس) فيرى أن بعض الأطفال له يعانون من اضطراب عصبي يجعل الجهاز العصبي يستقبل المعلومات الواردة من خلال الحواس بطريقة غير فعالة وهذا الخلل يسمى (الاضطراب التكاملي الحسي) Sensory integrative Disorder ولكن يوجد اضطراب لدى بعض الأطفال المصابين بانغلاق الذات autism أي الاسترسال حتى التخيل هربا من الواقع أي ما يسمى بالاجترار العقلي والتفكير الاجتراري . بالإضافة إلى عمل الحواس الخمس الأبصار

والسمع والشم واللمس والتذوق فإن الجهاز العصبي يحس بالضغط والحرارة وقوة الجاذبية ويطلق على هذه الحواس : الحاسة اللمسية وحاسة الدهليز السمعي والاستقبال الحسي الذاتي وتعمل هذه الحواس في منظومة ديناميكية مع أجهزة الحس الأخرى التي تساعد على إظهار الاستجابة المناسبة للأحاسيس الواردة من بيئة الطفل ونطلق على هذه العملية المعقدة التكامل الحسي لدى الطفل .

ويظهر هذا الخلل والاضطراب في التعامل الحسي عن طريق بعض الأعراض مثل : رد الفعل الناقص للمثير الحسي والتأخر في الكلام واللغة والمهارات الحركية تبول ليلي أحلام كوابيس تأخر دراسي إدراك ذاتي ضعيف .

وعلاج هذا الاضطراب في التكامل الحس يكون عن طريق اللعب فاللعب يزيد من قدرة الطفل على دمج المعلومات الحسية بطريقة فاعلة ويساعد على تطور اللغة والتقليل من ظاهرة الاستجابة الناقصة أو الزائدة للمثير الحسي ويزيد من التوافق الانفعالي مما يساعد على ارتفاع الثقة بالنفس .

فتقدير الذات كما يعرفه سميث (smith(1991 بأنه المحك على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والشخصية والأكاديمية .

ويرى براندن (1987) Branden أن تقدير الذات هو حكم الفرد على ذاته بصورة شعورية وأنه من سن سنة إلى خمس سنوات يتكون خبرات ثابتة هذه الخبرات تشكل جزءاً من أحاسيس الفرد التي تتشابه

وتتداخل مع استجاباته الانفعالية ومن ثم تنعكس على علاقاته الإيجابية والسلبية كما تنعكس على بعض الجوانب العقلية المعرفية التي تمثل ذاته ومالها من دور كبير من تقديره لذاته وأن هناك متغيرات وعوامل تؤثر في تقدير الذات منها الاحترام والشعور بالكفاءة .

وهذا ما أكده جمال مختار حمزة (٢٠٠٢) من أن تقدير الذات هو التقويم الذي يؤمن به الفرد لذاته ويعمل على الحفاظ عليه وتشمل وجهة نظره عن ذاته إيجابياً وسلبياً، فهو بمثابة المرآة لحكم الفرد على مدى كفاءته الشخصية واتجاهاته نحو نفسه ومعتقداته عنها .

ويكاد يتفق هذا التعريف مع تعريف سيمونز Simons (1993) بأن تقدير الذات هو الموقف الإيجابي أو السلبي العام الذي يتخذه الفرد نحو ذاته .

نظرية : مراقبة الذات : لسنايدر (١٩٧٩)

وإذا نظرنا إلي الذات علي أنها المكون الأساسي للشخصية والموجه للسلوك الفردي نجد أن مراقبة الذات كمتغير هام من متغيرات الشخصية تتأثر بمفهوم الفرد لذاته ، فمراقبة الذات ومفهوم الذات يؤثران في تشكيل السلوك الناتج عن الفرد.

فمراقبة الذات هو مفهوم نفسي اجتماعي لملاحظة وضبط الذات يسترشد بقرائن موقفيه للمناسب اجتماعيا من عرض الذات والسلوك المعبر عنها.

فعملية مراقبة الذات هي عمليات الذات وهي تنظيم من أحكام إجرائية تترجم معرفة الذات إلي سلوك اجتماعي وأن هناك فروق فرديه في السلوك الاجتماعي للأفراد وتبدو أهم هذه الفروق في عمل الضبط وفنيات تقديمهم لذواتهم والتعبير عن سلوكهم وعرضهم غير اللفظي لمشاعرهم ولقد قدم مارك سنا يدر (١٩٧٩)Snyder نظرية مراقبة الذات من خلال نموذجين هما:

النموذج الأول : يتضمن مرتفعي مراقبة الذات (الذات العملية):
Prototypic High Self Monitoring

ويتضمن هذا النموذج شخص ذو اهتمام بالموقف والعلاقات المناسبة اجتماعيا لسلوكه الاجتماعي فهو حساس في التعبير وتقديم الذات للآخرين المرتبطين به في المواقف الاجتماعية ، ويستخدم القرائن كدليل لضبط وتنظيم عرض ذاته اللفظي وغير اللفظي .

وهو شخص أكثر انتباها إلي أفعال الآخرين وأكثر رغبه في معلومات المقارنة الاجتماعية وقادر علي التعبير المرن للإشارات اللفظية وغير اللفظية وهي التي تترجم تلك المعلومات إلي فعل موقفي مناسب .

فهو شخص لديه قدرات ومهارات لممارسة الضبط علي السلوك الخارجي وتقديم ذاته ومشاعره الوجدانية للموقف الاجتماعي الحاضر فهو شخص لديه اتساق وعدم اختلاف بين اتجاهات وسلوكه وخاصة في بعض المواقف الاجتماعية وانهم أكثر صداقه منبسط وأقل قلقاً وعصبية وأنه لديه إدراك كبير لسلوك الآخرين علي أساس الميل والاستعداد وهذا الإدراك يستخدم كقرائن لمراقبة سلوكه المعبر عنه نحو الآخرين فهو لديه تعبير اجتماعي وقدرة مرتفعه علي التعبير المقصود واستخدام قرائن المواقف الاجتماعية ليقدم ذاته .

النموذج الثاني : يتضمن منخفض مراقبة الذات (الذات المبدئية) :
Prototypic Low -Self Monitoring

هـذا الـنموذج يتضـمن شـخص لا يتمـتع بمهـارات كافـيه لـتقديم الـذات فهـو شـخص يكـون له وجهـة ضـبط داخلـية ويعـبر عـن هـذه الوجهـة كمـا يشـعر بهـا فهـو شـخص يشـتق أفعالـه مـن الحالـة الداخلـية وفـي اللحظـة التـي تمـت ومـن الاتسـاق الداخلـي الـذي يـأخذ بـه نحـو الموضوعات والظروف البيئية .

فهـناك اتسـاق بيـن اتجاهاتـه وسـلوكه الظاهـر فهـو شـخص لديـه تعبـير ذاتـي وقـدرة ضـعيفة علـي ضـبط التعبـير عـن الـذات وأن الخـبرة هـي التـي تحكـم تقديـم الـذات والتعبـير عـنها ، فهـو لديـه اهـتمام ضـعيف للسلوك المناسب في المواقف الاجتماعية .

قياس مراقبة الذات:

أعد سنا يدر Snyder, 1979 مقياس لقياس مراقبة الذات .ويتكون من خمس أبعاد تتضمن ٢٥ عبارة يجاب عليها بعبارة (صح / خطأ) وهذه الأبعاد هي:

١- مـدى اهـتمام الفـرد بـتقديم ذاتـه فـي المواقـف الاجتماعـية الحفلات المناسبات الاجتماعية .

٢- الانتـباه لمعلومـات المقارنـة الاجتماعـية كقرائـن للمواقـف المناسبة لتعبير تقديم الذات .

٣- القدرة علي ضبط وتعديل تقديم الأفراد لذواتهم والتعبير عن سلوكهم.

٤- استخدام هذه القدرة في مواقف محدده .

٥- مقدار اتساق أو تغير السلوك التعبيري.

ومما سبق يتبين أن مفهوم الذات يتأثر بأسلوب معاملة الوالدين للأبناء ، فهما الأساس في بناء مفهوم الذات سواء بالإيجاب أو بالسالب ، فالمعاملة الوالدية التي تحتوي على إحساس الأبناء بالدفء العاطفي واستخدام أسلوب الثواب والمعاملة الجيدة لهم تؤدي إلى جعل مفهوم الذات إيجابي لدى الأبناء ، أما الإهمال والسيطرة والمعاملة السيئة من جانب الوالدين ، واستخدام أسلوب العقاب المعنوي والبدني يؤدي إلى جعل مفهوم الذات سلبي لدى الأبناء ، وهذا ينطبق على أسلوب المعلم في الفصل الدراسي.

فأسلوب المعلم الجيد المتسم بالتشجيع وإشعار التلاميذ بذاتهم عن طريق إشراكهم في أوجه النشاط التربوي داخل المدرسة وتحقيق ذاتهم داخل هذا النشاط ، سواء أكان نشاط إذاعي أو صحفي أو عمل بحث علمي أو نشاط فني أو موسيقي أو رياضي أو مسابقات أوائل الطلبة ، كل هذا يجعل التلاميذ يحققون ذاتهم ويشعرون بالسعادة التي تساعد على تنمية مفهوم الذات الموجب،

وارتفاعه لدى الطلاب ، وجعل الطلاب يعتزون بأنفسهم ، وهذا يؤدي إلى اكتشاف الموهوبين والمبدعين من الطلاب .

أما أسلوب المعلم الذي يتميز بالفوضى أو الدكتاتورية ، واستخدام أسلوب العقاب المعنوي والبدني والتوبيخ ، فهذا يؤدي إلى انخفاض مفهوم الذات أو تحويله من مفهوم ذات إيجابي إلى مفهوم ذات سلبي .

كما أن مفهوم الذات يختلف لدى الأفراد من مهنة إلى أخرى، فلكل مهنة مفهوم ذات خاص بها .

وقد يكون للمجتمع دوراً رئيسياً في ارتفاع أو انخفاض مفهوم الذات لدى أبنائه.

وقد يكون لمتغيرات العصر مثل الحروب والمشاكل والتقدم العلمي والتكنولوجي وارتفاع أو انخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي ، والعولمة وصراع الثقافات اثر واضح في ارتفاع أو انخفاض أو تغيير مفهوم الذات لدى الأفراد.

وصد الله العظيم اذ يقول : {قدأفلح المؤمنون}

ويقول أيضاً : { كُـلُّ نَفْـسٍ بِمَـا كَسَـبَتْ رَهِيـنَةٌ * إِلاَّ أَصْـحَابَ الْيَمِينِ} .

الفصل الرابع

الدراسات الخاصة بمفهوم الذات

الدراسات الخاصة بمفهوم الذات

۞ دراسة مارستون Marston,1968 والتي أثبت فيها أن مفهوم الذات يؤدي إلى نتائج إيجابية بجانب التحصيل الدراسي ، لذا يجب أن ينظر إليه كدرجة كلية تكشف عن سلامة الشخصية .

۞ دراسة محمد أحمد سلامة (١٩٨٥) عن تأثير تفاعل بعض جوانب الدافعية والانفعالية على دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي ، وأثبتت الدارسة أن مفهوم الذات سواء أكان إيجابياً أو سلبياً يؤدي إلى توجيه سلوك الفرد إلى التفاعل الاجتماعي مع الأخرين مما يساعد في تطوره، وأن المدرسة لها تأثير إيجابي على نمو مفهوم الذات مما يؤثر على كثير من سلوكياته المدرسية.

۞ دراسة محمد عبد العال الشيخ (١٩٨٦) عن أثر كل من العلاج العقلاني والانفعالي والتحصين المنهجي في تخفيف قلق الامتحان ، وتوصلت الدراسة إلى أن الفشل يؤدي إلى ارتفاع مستوى قلق الامتحان نتيجة التأثير على المكون المعرفي لقلق الامتحان (الانزعاج) وهذا يرجع إلى مفهوم التلميذ السالب عن ذاته ، وهذا أيضاً يؤدي إلى ضعف الدوافع لدى التلاميذ .

۞ أما دراسة نهى يوسف اللحامي (١٩٨٧) عن العلاقة بين تقدير الذات والقلق لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية وبلغ حجم

العينة (٣٠٠) تلميذ وتلميذة تراوحت أعمارهم بين (١١- ١٣,٥ سنة) وطبقت الباحثة عليهم مقياس القلق (محمد عبد الظاهر الطيب)، واستبيان تقدير الذات للباحثة، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة بين تقدير الذات والقلق، وأن الاستعدادات السلوكية للتوافق أو عدم التوافق تكتسب في مرحلة الطفولة فالتلاميذ الذين شعروا بالأمن والطمأنينة في طفولتهم وأدركوا تقبل والديهم وكونوا مفهوم إيجابي عن ذواتهم سوف تنمو عندهم الاستعدادات السلوكية للتوافق في المراهقة والرشد، أما التلاميذ الذين شعروا بعدم الطمأنينة وتعرضوا للإحباط وأدركوا النبذ والرفض من والديهم وكونوا مفهوم سالب عن ذواتهم ينموا عندهم الاستعدادات السلوكية للتوافق السيئ.

❂ أما دراسة أكوف (١٩٩٠) عن العلاقة بين صورة الجسم ومفهوم الذات لدى (٧٧) مراهقة، (٩٢) مراهق، وطبق الباحث مقياس مفهوم الذات ومقياس صورة الجسم، وأسفرت النتائج عن أن المراهقات كن أكثر انتباهاً لأجسامهن من ا لمراهقين، وأن المراهقين أكثر تقديراً لصورة الجسم من المراهقات.

كما أسفرت النتائج عن عدم وجود ارتباط لصورة الجسم ومفهوم الذات لدى المراهقين والمراهقات.

❁ قامت انشراح محمد دسوقي (١٩٩١) بدراسة ميدانية عن التحصيل الدراسي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي وذلك على عينة من (٣٦) طالبه متفوقة و(٣٦) طالبة غير متفوقة من سعوديات و(٢٠) طالبة متفوقة و(٢٠) طالبة غير متفرقة مصريات واستخدمت الباحثة اختبار تينسي لمفهوم الذات ، واختبار (بل) للتوافق وأسفرت النتائج عن وجود فروق بين أبعاد الذات بين الطالبات السعوديات والطالبات المصريات في مفهوم الذات وكذلك في التوافق النفسي والتحصيل الدراسي.

وقد تناولت نظرية الذكاءات المتعددة (لجاردنر) مفهوم الذات تحت مسمى الذات الداخلية للفرد والتي تتمثل في تقييم المشاعر والدوافع والانفعالات والقدرات والذي سمي بذكاء العلاقة داخل الشخص والذي يدل على علاقة الفرد بنفسه وفهمه لذاته ومشاعره .

❁ دراسة يوسف عبد الفتاح الشيخ (١٩٩٢) عن بعض مخاوف الأطفال ومفهوم الذات لديهم وتوصلت هذه الدراسة إلى أن الطفل يولد في عالم يطلب منه الخضوع لإرادة الآخرين ويظل سلبياً مستقبلاً للتأثيرات والخبرات التي لا يقوى على التحكم فيها حتى يبلغ المستوى الذي لا يستطيع فيه ممارسة قدراته على الاختبار والتمييز ، حينئذ يكون أسس بناءه العقلي والنفسي قد تم وضعه ، فإذا كان الأساس قد أرسى على أرض

صلبة وذلك من الاعتماد على النفس والشجاعة وعدم الخوف والحب والتعقل يكون البناء النفسي للطفل قويا يجعله قادرا على الإنجاز ومواجهة الظروف.

۞ دراسة سعيد عبد الله إبراهيم دبيس (١٩٩٣) عن بعض العوامل المرتبطة بمفهوم الذات لدى المشلولين واستخدم الباحث مقياس "تنس" الصورة الإرشادية لمفهوم الذات ، وطبق هذا المقياس على عينة (١٢٢) من الذكور والإناث المصابين بالشلل، بالمملكة العربية السعودية وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق محدودة للغاية بين أفراد العينة .

۞ دراسة عبد العال حامد عجوة (١٩٩٣) عن فاعلية الذات وعلاقتها بكل من مستوى الطموح ودافعية الإنجاز حيث طبق الباحث مقياس فاعلية الذات واختبار الدافع للإنجاز(لفاروق عبد الفتاح ١٩٨٧) على عينة قوامها(٩٧) طالباً بالفرقة الرابعة شعبة الرياضيات بكلية التربية جامعة المنوفية ، وتوصلت الدراسة إلى:

وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين فاعلية الذات ومستوى الطموح ودافعية الإنجاز .

۞ دراسة السيد إبراهيم السمادوني (١٩٩٤) عن مفهوم الذات لدى أطفال ما قبل المدرسة في علاقته بالمهارات الاجتماعية للوالدين وقد أجريت هذه الدراسة على مجموعتين ،

المجموعــة الأولــى تمــثل الوالديــن (٤٠٨) أبــا ، (٤٠٨) أمــا تــتراوح أعمــارهم بيــن (٢٠- ٥٠) ســنة بمتوســط ٣١/٥٨ ســنة وانحــراف معــياري ٨,٥١ ، أمــا المجموعــة الثانــية تمــثل عيــنة الأطفــال (٤٠٨) طفــلا مــا قــبل المدرســة ، وطــبق الباحــث مقــياس المهــارات الاجتماعــية ، اختــبار مفهــوم الــذات المصــور للأطفــال لإبراهــيم قشــقوش وأســفرت النــتائج عــن وجــود فــروق دالــة إحصــائياً بيــن الذكــور والإنــاث فــي مفهــوم الــذات الإيجابــي لصــالح الذكــور ، وأن الأطفــال ذوى المفهــوم الــذات الإيجابــي هــم أبــناء لآبــاء ذوى مهــارات اجتماعــية عالــية يفــوق أقــرانهم مــن آبــاء ذوي المســتوى المتوســط المــنخفض فــي المهــارات الاجتماعــية أيضــاً ، وجــود علاقــة إرتباطــية موجــبة بيــن إدراك الأطفــال لذواتهــم والمهــارات الاجتماعــية للوالدين.

❁ قــام كــلاً مــن **إبراهــيم علــي إبراهــيم ، مايســة أحمــد النــيال (١٩٩٤)** بدراســة صــورة الجســم وعلاقــتها بــبعض المتغــيرات النفســية حيــث طــبقا مقــياس صــورة الجســم للإنــاث ، واختــبار تــنس لمفهــوم الــذات ، ومقــياس الاكتــئاب ومقــياس فقــدان الشــهية العصــبي علــى عيــنة مــن (١١٩) طالــباً قطــرياً وتوصــلت الدراســة إلــى وجــود ارتــباطات موجــبة بيــن صــورة الجســم وكــل مــن الــذات الجســمية وفقــدان الشــهية العصــبي وأن صــورة الجســم يمكــن أن تعكــس مفهــوم

الـذات الشخصـية فـي عـدد مـن الجوانـب السـوية والمرضـية ، فتشوش صورة الجسم واضطرابها يؤدي إلى الشعور بالاكتئاب.

۞ كمـا قـام كـلاً مـن عـلاء الديـن كفافـي وماسـة أحمـد النـيال (١٩٩٦) بدراسـة عـن صـورة الجسـم لـدى عيـنات مـن المـراهقات ودراسـة ارتقانـية ارتباطـية عـبر ثقافـية " وذلـك علـى عينتيـن يمـثلان المجـتمعان المصـري والقطـري مـن المراهقيـن مـن سـن (١٤ - ٢٢ سـنة) بلغـت المجموعـة المصـرية (٣١٥) والعيـنة القطـرية (٣٠٦)، وشـملت أدوات الدراسـة مقـياس صـورة الجسـم ، ومقـياس أزيـنك للشخصية ومقياس تقدير الذات ، وأسفرت النتائج عن الآتي:

هـناك فـروق بيـن العيـنة القطـرية والمصـرية فـي كـل مـن صـورة الجسـم ، وأن هـناك ارتـباط موجـب بيـن صـورة الجسـم وتقديـر الـذات لـدى العيـنة القطـرية وارتـباط سـالب بيـن صـورة الجسـم والقلـق والشـعور بالذنـب ، أمـا العيـنة المصـرية فهـناك ارتـباط موجـب بيـن صـورة الجسـم وكـل مـن تقديـر الـذات وارتـباط موجـب بيـن تقديـر الـذات والاسـتقلالية ، ووجـود ارتـباط سـالب بيـن تقديـر الـذات والشـعور بالذنـب وارتـباط سـالب بيـن صـورة الجسـم وكـل مـن القلـق وتوهم المرضـى والشعور بالذنب.

۞ دراسـة محمـد عـبد العـال الشـيخ (١٩٩٧) عـن تأثـير تفـاعل كـل مـن قلـق الامـتحان ومفهـوم الـذات الأكاديمـية علـى دافعـية الإنجـاز والتحصـيل الدراسـي وذلـك علـى عيـنة قوامهـا (٢٠٠)

طالب وطالبة من التعليم الثانوي ، واحتوت الدارسة على أدوات مثل قياس الانزعاج والانفعالية لقياس قلق الامتحان ، واختبار دافعية الإنجاز واختبار مفهوم الذات الأكاديمي وتوصلت الدراسة إلى :

أن هناك تفاعل بين مفهوم الذات الأكاديمي والقلق المدرسي دال في تأثيره على مستوى التحصيل الدراسي ، وأن مفهوم الذات الأكاديمي له تأثير تنشيطي على مستوى الوعي العام للفرد ويحدد الضبط الداخلي للفرد مما يؤدي إلى رفع مستوى الطموح لدى الطلاب والذي يؤثر بدوره على درجة تقبل الفرد للمعلومات حيث ترتفع درجة الانتباه ومن ثم فإن ذلك يؤثر على مستوى التحصيل الدراسي والإنجاز .

❂ **دراسة فؤاده محمد علي هدية** (١٩٩٨) عن الفروق بين أبناء المتوافقين زواجيا وغير المتوافقين في كل من درجة العدوانية ومفهوم الذات وذلك على عينة من الأطفال من سن ١٠-١٢ عاماً حيث بلغ عدد العينة (١٠٧) زوج (١٠٧) زوجة (١٠٧) طفل وطفلة واشتملت أدوات الدراسة على اختبار التوافق الزواجي لسوزان محمد إسماعيل (١٩٨٩) ومقياس السلوك العدواني للأطفال (المديحة العزبي ١٩٨١) ، ومقياس مفهوم الذات لعادل عز الدين الأشول (١٩٨٤) وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أبناء المتوافقين في كل

مـن درجـة العدوانـية ومفهـوم الـذات ، وأن أبـناء المتوافقيـن زواجـيا مـن الذكـور والإنـاث يتمـتعون بمفهـوم ذات إيجابـية أكـثر مـن أبـناء غير المتوافقين زواجيا.

۞ دراسـة **رسـمة حـنون** (٢٠٠١) عـن مفهـوم الـذات لـدى طلـبة جامعـة الـنجاح الوطنـية بفلسـطين حيـث أجريـت الدراسـة علـى عينـة قوامهـا (٧٧٤) طالـب وطالـبة وطبقـت علـيهم مقـياس أبـو ناهـية (١٩٩٩) لمفهـوم الـذات وتوصـلت الدراسـة إلـى أن مفهـوم الـذات كانـت منخفضـة علـى جمـيع المجـالات والدرجـة الكلـية ، ووجـود فـروق فـردية فـي مفهوم الـذات تـبعاً لمتغير الجـنس والسكن والمعدل الدراسي .

۞ كمـا قـام كـلا مـن **أحمـد محمـد عـبد الخـالق ، وصـلاح مـراد** (٢٠٠١) بدراسـة عـن الـتقدير الذاتـي للصـحة للنفسـية لعيـنة مـن (١٩٩) طالـب وطالـبة بجامعـة الكويـت وكشـفت الدراسـة عـن وجـود علاقـة إيجابـية دالـة إحصـائية بيـن الـتقدير الذاتـي للصـحة النفسـية وكـل مـن الصـحة الجسـمية والشـعور بالسـعادة ودافعـية الإنجـاز والـتفاؤل ، وأثبتـت الدراسـة أيضـاً أن الصـحة النفسـية يمكـن أن تكـون مـن بيـن مكونـات الشـعور بالسـعادة وأن الشـعور بالسـعادة أو التقدير الذاتي لـها مظهراً من مظاهر الصحة النفسية الجيدة .

۞ دراسـة **محمـد محمـد عـباس المغربـي** (٢٠٠٣) عـن الذكـاء الشخصـي فـي ضـوء بعـض المحكـات الشخصـية والاجتماعـية ،

حيث تكونت عينة البحث من (٢٠٠) تلميذ قسموا إلى مجموعتين: مجموعة أولى (١٠٠) تعليم عام ، ومجموعة ثانية (١٠٠) تعليم ديني واستخدم الباحث عدة مقاييس لقياس التقدير الذاتي من إعداده ، وقائمة ايزنك للشخصية ، ومقياس المرغوبية الاجتماعية والتوجيه الديني ، وتوصلت الدراسة إلى نتائج هي :

وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين تلاميذ التعليم العام والديني في الذكاء الشخصي لصالح تلاميذ التعليم العام.

◉ **وقد قامت فائقة محمد بدر** (٢٠٠٣) بدراسة عن أسلوب المعاملة الوالدية ومفهوم الذات وعلاقة كل منهما بالسلوك العدواني لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية وذلك على عينة من الأطفال "البنات صغار السن" وعينة من "الأطفال البنات كبار السن" بجده بالسعودية ، وبلغ حجم العينة (١٧٤) طفلة وطبقت عليهن استمارة القبول والرفض الوالدي ، وقياس مفهوم الذات ومقياس كونز لتقدير سلوك الطفل وتوصلت الدراسة إلى :

وجود علاقة إرتباطية موجبة بين إدراك الأطفال "البنات" للرفض الوالدي والسلوك العدواني لديهن .

ووجود علاقة إرتباطية سالبة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الأطفال "البنات" في المرحلة الابتدائية .

❁ قامت فاطمة عياد بدراسة عن مقارنة عينة من آباء وأمهات الأطفال المتأخرين عقلياً وأخرى من أباء وأمهات العاديين ، في مستوى القلق والاكتئاب ، وتقدير الذات لدى عينة من (٨٩) أباً لأطفال متخلفين عقلياً و (٩٠) أماً لأطفال متخلفين عقلياً و (٥١) أباً لأطفال عاديين و(٥١) أماً لأطفال عاديين وتضمنت أدوات الدراسة مقياس تقدير الذات ومقياس القلق ومقياس الاكتئاب وأسفرت النتائج عن أنه لم يوجد فروق بين أباء وأمهات الأطفال المتأخرين عقلياً وبين أباء وأمهات الأطفال العاديين في مستوى تقديرات الذات .

❁ ولقد قامت **إيمان فؤاد الكاشف** (٢٠٠٤) بدراسة عن المشكلات السلوكية وتقدير الذات لدى المعاق سمعيا في ظل نظامي العزل والدمج وذلك على عينة قوامها (٨٠) تلميذاً من التلاميذ الصم مقسمة بين (٤٠) من الصم المدمجين ، (٤٠) من الصم غير المدمجين تتراوح أعمارهم بين (١٠ـ ١٤) عاما وأسفرت نتائج الدراسة عن أن هناك فروقا داله إحصائيا بالنسبة للمشكلات السلوكية لصالح التلاميذ غير المدمجين .

أيضاً عدم وجود فروق داله إحصائيا بين تقدير الذات لدى التلاميذ وسلوك الانسحاب والسلوك النمطي وأن السلوك المنبئ بتقدير الذات يكون سلبي لدى الطفل الأصم المدمج فقط .

الفصل الخامس

تدريبات على تنمية مفهوم الذات

المراجع



تدريبات على تنمية مفهوم الذات

يجب على الأسرة والمعلم أن يستخدموا لغة التشجيع حتى يتم رفع الروح المعنوية للطفل وبالتالي رفع مفهوم الذات لديه عن طريق هذه العبارات:

- أنت راجل جدع.
- أنت كريم.
- أنت قنوع (نفسك كويسه)
- انت ظريف .
- أنت دمك خفيف
- أنت محترم من الناس.
- أنت أمين.
- أنت سعيد (مبسوط)
- أنت شجاع
- أنت جريء
- أنت نظيف
- أنت محترم
- أن تحب الناس
- أنت منظم

- أنت سوف تكون مذيعاً.
- أنت سوف تكون مدرساً.
- أنت سوف تكون معيداً في الجامعة.
- أنت سوف تكون دبلوماسياً.
- أنت سوف تكون صحفياً.
- أنت سوف تكون مطرباً
- أنت سوف تكون داعية إسلامياً مثل الشيخ الشعراوي
- أنت سوف تكون ضابطاً
- أنت فيلسوف
- أنت ناجح
- أنت دكتور
- أنت سوف تكون سفيراً.
- أنت سوف تكون محافظاً
- أنت سوف تكون من أوائل الجمهورية في الثانوية العامة.
- أنت سوف تكون أديباً.
- أنت غني (عندك فلوس كثيرة)
- أنت شغال (كسيب)
- أنت ناجح
- أنت شاطر

- أنت جريء
- أنت مخلص في عملك
- أنت جسمك قوي
- أنت مستقيم
- أنت أخلاقك عالية
- أنت لك فائدة في الحياة
- أنت تحب الخير
- أنت نبيه (بتفكر كويس)
- أنت عزيز النفس
- أنت هادئ (طيب ومؤدب)
- أنت اجتماعي (تحب الناس)
- أنت مرح
- أنت تحب التعليم.
- أنت تستطيع التحدث والمناقشة أمام الآخرين.
- أنت مظهرك حسن
- أنت لديك مهارات كثيرة.
- أنت تستطيع أن تفهم زملائك بسرعة
- أنت شكلك جميل
- أنت لا تجد صعوبة في تذكر ما استذكرته

- أنت عيناك جميلتان
- أنتَ تحبَ المرَح واللَعب معَ الأخرين.
- أنت شكلك جذاب للآخرين.
- انت جدير بالاحترام .
- لديك أفكار جديدة وجيدة.
- أنت شخص مهم.
- أنت قوي ونشيط
- أنت تتصرف بطريقة حسنة أثناء العمل.
- أنت لديك القدرة على التحكم في انفعالاتك في كثير من الأشياء.

المراجع

المراجع العربية :

١. القرآن الكريم : سورة البقرة ، سورة القيامة

٢. ابراهيم علي إبراهيم ، ومايسة أحمد النيال (١٩٩٤) : صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية مج٤ ، ع١ ، يناير ١٩٩٤ ، ص ص ١ - ٤٠.

٣. أحمد خيري ، مجدي حسن (١٩٩٠): أثر العلاج النفسي الجماعي في ازدياد تأكيد الذات وتقديرها وانخفاض الشعور بالذنب وانعدام الطمأنينة الانفعالية لدى جماعة عصابية (دراسة تجريبية) ، مجلة علم النفس ، العدد (٤) ، ٨٤ – ٩٥ .

٤. أحمد محمد عبد الخالق ، صلاح مراد (٢٠٠١): التقدير الذاتي للصحة النفسية ، مجلة دراسات نفسية مج ١١ ع٤ أكتوبر ٢٠٠١ ص ص ٦٢٣-٦٣٥ .

٥. ازار عباس عبد اللطيف (٢٠٠٣) : المعاقون ومفهوم الذات والتكيف الاجتماعي ، تقديم محمد داود.

٦. السيد ابراهيم السمادوني (١٩٩٤) : مفهوم الذات لدى أطفال ما قبل المدرسة في علاقته بالمهارات الاجتماعية للوالدين ، مجلة دراسات نفسية ، مج ٤ ، ع ٣ ، ص ص ٤٥١ - ٤٨٧.

٧. انشراح محمد دسوقي (١٩٩١): بحث ميداني عن التحصيل الدراسي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والتوافق الدراسي ، مجلة علم النفس ، العدد ٢٠ ، السنة الخامسة ، ديسمبر ١٩٩١ ، ص ص ٦٢ – ٧.

٨. إياد أبو شمه (١٩٩٥) : مفهوم الذات لدى لاعبي كرة السلة في الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، الأردن.

٩. إيمان فؤاد كاشف (٢٠٠٤): المشكلات السلوكية وتقدير الذات لدى المعاق سمعيا في ظل نظامي العزل والدمج ، مجلة دراسات نفسية، مج ١٤ – ع١ يناير ٢٠٠٤.

١٠. دينيس تشيلد (١٩٨٣) : علم النفس والمعلم ، ط٣ ، ترجمة : عبد الحليم محمود السيد ، زين العابدين درويش ، حسين الدريني ، القاهرة ، مؤسسة الأهرام.

١١.جابر عبدالحميد ، علاء الدين كفافي (١٩٨٩) : معجم علم النفس والطب النفسي ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، ج٢.

١٢.جمال مخدر حمزة (٢٠٠٢): صورة الأب وتقدير الذات لدى الأبناء من مرحلة التعليم الثانوي ، مجلة النفس المطمئنة ، مارس ٢٠٠٢م ص ص ١٧٢ – ١٨٩..

١٣.حامد عبد السلام زهران (١٩٧٨) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة .

١٤.______ (١٩٨٢): علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، ط ٤ ، القاهرة ، عالم الكتب.

١٥.راوية حسين (١٩٩٥) : تقدير الذات وعلاقته بكل من القلق والاكتئاب لدى متعاطي الحشيش ، مجلة علم النفس ، العدد (٣٢).

١٦.رسمية صنون (٢٠٠١) : مفهوم الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في فلسطين ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد ١١ ، العدد الثالث ، يوليو ٢٠٠١ ص ص ٣٧٩ - ٤١٦.

١٧.رشاد عبد العزيز موسى وليلى مصطفى بدوي : الفروق بين الجنسين في مقياس قوة الأنا لدى الشباب الجامعي ، دراسات نفسية ، المجلد الثاني ، الجزء ٨ ص ص ١٤١ – ١٦١.

١٨.زايد عجير الحارثي (١٩٩١) : مراقبة الذات : تعريب وتقنين ، مجلة علم النفس، العدد ١٧ ، مارس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة .

١٩.سعدية محمد بهادر (١٩٨٣) : من أنا (مراجعة وقديم كافية رمضان) الكويت ، وزارة التربية والتعليم ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.

٢٠.سعيد عبد الله إبراهيم دبيس (١٩٩٣) : دراسة لبعض العوامل المرتبطة بمفهوم الذات لدى المشلولين، مجلة دراسات نفسية ، العدد (٢) ، إبريل ، ص ص ٢٠٩ - ٢٣٥.

٢١.سليمان القحطاني (١٩٨٩) : دراسة مقارنة في مفهوم الذات بين الجانحين والأسوياء في مدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، جامعة الملك سعود ، الرياض..

٢٢.سيد غنيم (١٩٨٧) : سيكولوجية الشخصية ، القاهرة ، دار النهضة العربية .

٢٣.صلاح أحمد مراد (١٩٨٨) : مفهوم الذات والخبرة التدريسية لدى معلمي المرحلة الأولى الملتحقين وغير الملتحقين بالتأهيل التربوي، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة، العدد ٩ مايو ، الجرء الثالث.

٢٤. صلاح الدين أبو ناهية (١٩٩٩) مقياس مفهوم الذات للراشدين ، صورة جديدة المفهوم عبر الأجيال والقياس النفسي التربوي العدد ١٣ ص ص ١٥ - ٣٨

٢٥. عادل عز الدين الأشول (١٩٨٧) : علم النفس الاجتماعي ، القاهرة ، الأنجلو المصرية.

٢٦. عبد الرحيم بخيت عبد الرحيم (١٩٨٨): سلوك المتفوقين والمتفوقات تحصيليا في ضوء نظرية "شوتز" للشخصية ، مجلة علم النفس، العدد السابع، سبتمبر ، ١٩٨٨ الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة. ص ص ٧٣ ، ٨٦.

٢٧. عبد العال حامد عجوة (١٩٩٣) : فاعلية الذات وعلاقته بكل من مستوى الطموح ودافعية الإنجاز ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا. العدد ١٨ ، ١٩٩٣م.

٢٨. عبد الله عسكر (١٩٩١) : اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٩. عبد الوهاب محمد كامل (١٩٨٩) : المكونات العاملية لتقدير الذات ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ، يناير ١٩٨٩م ص ٨٠

٣٠. عـلاء الديـن كفافـي (١٩٨٧) الصـحة النفسـية ، القاهـرة ، هجـر ، الطبعة الثانية .

٣١. عـلاء الديـن كفافـي ، مايسـه أحمـد النـيال (١٩٩٦) : صـورة الجسـم وبعـض المتغـيرات لـدى عيـنات مـن المـراهقات (دراسـة ارتقائـية ارتباطـية عـبر ثقافـية) ، مجلـة علـم الـنفس، العـدد ٣٩ ، سـبمتبر ، الهيـئة المصـرية العامـة للكتاب ، القاهرة ، ص ص ٦ - ٤٣.

٣٢. علـي الشـكعة (١٩٩٩) : الاتجاهـات العامـة لمفهـوم الـذات لـدى طلـبة مرحلتـي التعلـيم الـثانوي والجامعـي فـي الضـفة الغربـية ، مجلـة الـتقويم والقـياس النفسـي والـتربوي ، العـدد ١٤ ، نـابلس ، فلسطين.

٣٣. علي القائمي (١٩٩٤): دور الأب فـي التربـية ، لبـنان ، دار النبلاء .

٣٤. علي محمد الديب (١٩٩١): نمو مفهوم الذات لدى الأطفال والمراهقين من الجنسيين وعلاقته بالتحصيل الدراسي، مجلـة علـم الـنفس، العـدد ٢٠، ديسـمبر ، السنة الخامسة ، القاهرة ص ص ١٠٠ - ١١٧.

٣٥. فـؤاد أبـو حطـب (١٩٩١) : الذكـاء الشخصـي : النموذج وبـرنامج البحـث ، بحـوث المؤتمـر السـابع لعلـم الـنفس فـي مصـر ، القاهـرة ، الإنجلـو المصرية ، ص ص ١٩١.

٣٦. فؤاده محمد علي هدية (١٩٩٨) : الفروق بين أبناء المتوافقين زواجيا وغير المتوافقين في كل من درجة العدوانية ومفهوم الذات ، مجلة علم النفس، العدد ٤٧ ، سبتمبر ، السنة ١٢ .

٣٧. فاطمة عياد (٢٠٠٢): مقارنة بين عينة من آباء وأمهات الأطفال المتأخرين عقلياً وأخرى من آباء وأمهات الأطفال العاديين في مستوى القلق والاكتئاب وتقدير الذات، مجلة دراسات نفسية ، مج١٢ ، عدد ٤ (أكتوبر) ، القاهرة ، ص ص ٥١٥ – ٥٤٠.

٣٨. فخر الدين الرازي (١٩٨٢) : الفراسة عند العرب وكتاب الفراسة ، تحقيق يوسف مراد ، تأليف مراد وهبه ، مراجعة إبراهيم بيومي مدكور ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .

٣٩. محمد أحمد سلامة (١٩٨٥): تأثير تفاعل بعض الجوانب الدافعية والانفعالية على دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا.

٤٠. محمد صوالحه (١٩٩٢) : دراسة تطويرية لمقياس مفهوم الذات مجلة ابحاث اليرموك (سلسلة العلوم الاجتماعية) مجلد ٨ ، عدد ٤ جامعة اليرموك ص ص ٧٧ - ١١٢ .

٤١. محمد عباس المغربي (٢٠٠٣) : الذكاء الشخصي في ضوء بعض المحكات الشخصية والاجتماعية ، مجلة دراسات نفسية ، مج ١٣ ، ع٢ إبريل ٢٠٠٣ ، ص ص ٣٢٣ ـ ٣٥٨.

٤٢. محمد عبد العال الشيخ (١٩٨٦) : أثر كل من العلاج العقلاني والانفعالي والتحصين المنهجي في تخفيف قلق الامتحان ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا.

٤٣. ______________ (١٩٩٧) : تأثير تفاعل كل من قلق الامتحان ومفهوم الذات الأكاديمي على دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا ، العدد ٢٤.

٤٤. محمود عطا حسين ١٩٨٧ : مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الطمأنينة الانفعالية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد الخامس عشر ، العدد (٣) ، جامعة الكويت ص ص ١٠٣ - ١٢٨.

٤٥. مختار حمزة (١٩٧٩) : سيكولوجية ذوي العاهات والمرضى ، جدة ، دار البيان العربي.

٤٦. مصطفى خليل الشرقاوي (١٩٨٣) : علم الصحة النفسية ، بيروت ، دار النهضة العربية.

٤٧. نهى يوسف اللحامي (١٩٨٧): العلاقة بين تقدير القلق لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية في بحوث المؤتمر الثالث لعلم النفس في مصر ، مركز التنمية البشرية والمعلومات ، القاهرة .

٤٨. هول ك. لندزي ج. (١٩٧٨) : نظريات الشخصية ،(ترجمة : فرج أحمد فرج ، قدري محمود حفني ، لطفي فطيم ، مراجعة : لويس كامل) ، القاهرة ، دار الفكر العربي

٤٩. والاس د. لاين ، بيرت جرين (١٩٧٩) : مفهوم الذات (ترجمة : فوزي بهلول ، مراجعة : سيد خير الله ، القاهرة ، الإنجلو المصرية .

٥٠. وحيد مصطفى كامل : (٢٠٠٤): علاقة تقدير الذات بالقلق ، الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع (مجلة دراسات نفسية مجلد ١٤ ع ١ يناير ٢٠٠٤م ص ٣١- ٦٨) .

٥١.ولـيم فيتس (١٩٨٥) مقياس تنسي لمفهوم الذات ، ترجمة : صفوت فـرج ، وسـهير كـامل، القاهـرة ، مكتـبة الإنجلو المصرية ..

٥٢.ولـيم الخولـي ١٩٧٦: الموسـوعة المختصـرة فـي علـم الـنفس والطـب العقلـي ، دار المعـارف ، القاهـرة ، ص ٧٦.

٥٣.يوسـف عـبد الفـتاح الشـيخ ١٩٩٢: بعـض مخـاوف الأطفـال ومفهـوم الـذات لديهـم ، مجلـة علـم الـنفس ، القاهـرة ، العـدد ٢ مـارس ، الهيـئة المصرية العامة للكتاب.

٥٤.يوسف عبد الفتاح محمد (١٩٩٢): دراسة مقارنة لمفهوم الذات لدى الجنسيين من طلاب الإمارات وغيرهم من العرب مجلة علم النفس، العدد ١، ديسـمبر ١٩٨٩م ، السـنة الثالـثة، القاهـرة ، الهيـئة المصـرية العامـة للكتاب ، ص ص ٧٢ - ٨٩.

٥٥.يوسـف مصـطفى القاضـي وآخـرون (١٩٨١) : الإرشـاد النفسـي والتوجـيه الـتربوي ، دار المـريخ ، الرياض.

* المراجع الأجنبية

56. Angel, M. 1960: the stability of the set concept in Adolescent, in seidman J.M the Adolescent A book of readings 2nd ed. N.V Holt.

57. Bandura, A., Self - Efficacy: Toward Aundifying theory behavioral change, psychologyical review, 1977, 89 (2) 191 - 215.

58. Baranden, N. (1987): The Psychology of self esteem Bartam, Hand book , New York.

59. Bowlpy, J. (1999): Children and the Growth of love, London.

60. Brookover , W.B., Erikson, E.I., & Joiner, L.M (1967): Self concept of ability and school achievement East loosing Micking an state university.

61. Brookover,W. et al (1967) : Self concept of ability and social achievement social eduation vol 37.

62. Campbell, L., Campbell, B and Dickinson, D. (1999): Teaching and Learning through

multiple intelligence (3 rd, ed) . Ally and Bacon. U.S. A.

63. Coff, E; (1990) : Gender body image and self concept in early adolescence, Journal of Early Adolescence, 10 (1).

64. Dietz, B. (1996): The relationship of aginy to selesteem, The relative effects of maturation and role accumulation, Journal of Aging and Human development, 43, (3), 299.

65. Hinshaw, S.p. (1999) : Attention deficits and hyperactivity in children. thousand Qaks, CA ;sage .100 - 110.

66. Koduman, F. and Hopkins, R.W (1970). Carrelates of egons trength in a sample of kentucky person in mates. Correctional psychologist 4(1), 20-26.

67. Marston, A. R (1968) . Dealing with low self confidence, education research. , vol, 10.

68. Mitchell's Aggrescion and endangered self (1993)· The Psychoanalytic quarterly. 42 (3).

69. Morval, J., (1972). Self esteem and interpersonal needs in girls between 12 and 18 . Journal of applied psychology. 22, 2.

70. Rogers, C. R (1969) . Toward Ascience of the person. In.

71. Schutz, W. (1978): The Firo scales: Firo - F– Feeling and Firo BC (Childrens) Plao Alto. Calif: Consulting Psychologists Press.

72. Shere, M.,and el al., The self - Efficacy seale : construction and validation, psychological reports 1982, 51.

73. Simons, et al. Disturbance in self image Adolescence American review, 38 1993.

74. Smith, S. (1991): Self esteam in ventories Ralo Alto. G, A Consulting Psychologists Press 1nC..

75. Smith., S. Sex, Race and developmental Differences in self concept variables as shown by index of adjustment and values,

Review of educational research. 46.

76. Snyder, m. (1979) Self-monitoring processes (In) L Berkowitz (ed). Advances in experimental social psychology, Vol 112. New York : Academic press.

77. Stockard. B,J .(1991) ; sex role identity and self esteem.
A comparison of children and adalescent .sex role Journal of Adolescence, 14.129 - 139.

78. Winnicott D.W. (1993): The theory of the parent - infant relationship intern. J. Psycho– and, 41 .

الفهرس